UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN AGUSTÍN DE AREQUIPA

FACULTAD DE PSICOLOGIA, RELACIONES INDUSTRIALES Y CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

EXPLORACIÓN DEL BURNOUT PARENTAL EN MADRES DE FAMILIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, EL PEDREGAL, 2021

Tesis presentada por las Bachilleres:

BRENDA GERALDINE MÁRQUEZ AVILA

KAROL DEBBIE SOTOMAYOR MEDINA

Para optar el Título Profesional de:

PSICÓLOGAS

Asesor:

PS. GUILLERMO TEOBALDO VILLASANTE BENAVIDES

AREQUIPA – PERÚ

2021

A nuestros padres por darnos la vida, creer en nosotras y apoyarnos a pesar de los momentos difíciles. Gracias por su esfuerzo y por concedernos la oportunidad de realizarnos de forma personal y profesional.

A todas las madres que hacen grandes esfuerzos por llevar la carga de su hogar y sacar adelante a sus hijos, sin ser muchas veces reconocidas o escuchadas, y que fueron la inspiración para este trabajo.

AGRADECIMIENTOS

Nuestra gratitud a la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, y en especial a todos los docentes de la Escuela de Psicología, por cada una de las enseñanzas que nos brindaron y que nos permiten ser las profesionales que somos.

A nuestro asesor de tesis Dr. Guillermo Villasante, por su paciencia y su valiosa dirección, cuya experiencia y educación nos ha permitido seguir este camino y llegar a la conclusión del mismo.

A todas las personas que de una u otra forma colaboraron con el desarrollo de nuestra investigación.

PRESENTACIÓN

A lo largo del tiempo, la experiencia de la maternidad ha sido vista desde una perspectiva que busca la “manera ideal de ser una madre”, estableciendo expectativas difíciles de cumplir en las distintas facetas que tienen las mujeres hoy en día, y ocasionando que las madres, en su búsqueda constante de lograr este perfeccionismo auto orientado y socialmente impuesto, generen en sí mismas sentimientos de ansiedad y depresión; llevando a un desequilibrio que si bien puede ser pasajero de acuerdo a las circunstancias que atraviesan, también puede mantenerse de forma crónica y desencadenar dificultades mayores que interfieran en su vida familiar.

Esta investigación busca obtener literatura y brindar una explicación acerca de los comportamientos, sentimientos y pensamientos que experimentan muchas madres de familia, los cuales son vistos como producto de la dejadez o indiferencia de ellas hacia sus hijos, cuando en realidad pueden ser señales de la presencia de alguna dificultad mayor, como por ejemplo el síndrome de Burnout parental.

Finalmente, la exploración de las madres de familia que sufren de Burnout Parental es especialmente importante para el entendimiento de la gama de características y factores que la generan y la gran cantidad de consecuencias que produce, lo que servirá para poder crear un adecuado clima social y combatir los prejuicios e ideas romantizadas relacionados con la maternidad que pueden perjudicarlas al impedirles buscar ayuda cuando la necesitan.

RESUMEN

La presente investigación cualitativa con un diseño fenomenológico, tuvo como objetivo analizar la forma en que experimentan el Burnout Parental las madres de familia de una institución educativa inicial pública, además de las causas, consecuencias y dimensiones que giran alrededor de quienes sufren este síndrome. La muestra estuvo constituida por cinco madres de familia de la ciudad de El Pedregal, evaluadas mediante el PBA (Parental Burnout Assessment) y seleccionadas al dar positivo a este síndrome. Luego se les hizo una entrevista y los resultados del análisis temático mostraron que: el machismo y la marcada separación de roles de género generan una sobrecarga en las labores consideradas responsabilidad de la madre, mientras sus parejas son vistas sólo como proveedores, por lo que deben apoyarse en sus hijos mayores cuando ellas, por trabajo u otro motivo, no están presentes. Las clases virtuales agregaron más carga a las madres, siendo una fuente de preocupación y ansiedad para ellas. Entre las consecuencias de este síndrome están complicaciones a la salud física y psicológica, además de conflictos con la pareja y los hijos. El agotamiento abrumador que sufren las madres se expresa en cansancio, frustración e impotencia que devienen de la falta de apoyo o soluciones a su situación; el contraste con la imagen de la madre que desean ser las hace sentirse culpables e ineficaces, teniendo una imagen de "buena madre" que se contrapone con lo que ellas ven como sus fallas; en cuanto al distanciamiento emocional, se les dificulta reconocer que por momentos quieren alejarse y tener un momento a solas; además manifestaron dedicarle todo su tiempo a su hogar y sus hijos sin tener un momento libre para ellas y, en el caso de las madres que tuvieron hijos de otro compromiso, reconocieron haber sentido arrepentimiento de ser madres por las dificultades que les ocasionó tener que encargarse sola de sus niños.

Palabras Clave: *Burnout Parental, dinámica familiar, roles de género, cuarentena, agotamiento, distanciamiento emocional.*

ABSTRACT

The current qualitative research of phenomenological design, aimed to analyze the way in which the mothers of a public initial school experience Parental Burnout, in addition to the causes, consequences and dimensions that revolve around those who suffer from this syndrome. The sample was formed by five mothers from the city of El Pedregal, evaluated using the PBA (Parental Burnout Assessment) and selected when testing positive for this syndrome. Later, they were interviewed and the results of the thematic analysis showed that: the toxic masculinity and the marked separation of gender roles generate an overload in the tasks considered responsibility of the mother, while their partners are seen only as providers, so they must lean on their eldest children when they, for work or other reasons, are not present. The virtual classes added more burden to the mothers, being a source of concern and anxiety for them. Among the consequences of this syndrome are complications to physical and psychological health, as well as conflicts with their partners and their children. The overwhelming exhaustion suffered by mothers is expressed in fatigue, frustration and helplessness that comes from the lack of support or solutions to their situation; the contrast with the image of the mother they want to be makes them feel guilty and ineffective, having an image of a "good mother" that contrast with what they see as their faults; regarding emotional distancing, they struggled to recognize that sometimes they want to get away and have a moment alone; they also stated that they dedicate all their time to their home and their children without having a free moment for themselves and, in the case of the mothers who had children from previous commitments, they acknowledged having felt regret of being mothers for the strain that caused them having to take care of their children alone.

Key Words: *Parental Burnout, family dynamics, gender roles, quarantine, exhaustion, emotional distancing.*

ÍNDICE GENERAL

CAPÍTULO I
La Investigación..... 1
1. Planteamiento del Problema..... 1
2. Objetivos..... 3
3. Importancia del estudio..... 3
4. Limitaciones del estudio..... 7
5. Definición de términos..... 8
6. Matriz de categorías..... 11
CAPÍTULO II
Marco teórico y conceptual..... 12
1. Burnout Parental..... 12
1.1. Antecedentes..... 12
1.2. Consorcio..... 14
1.3. Evaluación..... 14
2. Dinámica Parental..... 16
2.1. Rol de la madre en la crianza de los hijos..... 17
2.2. Rol del padre/pareja en la crianza de los hijos..... 19
3. Causas del Burnout Parental..... 20
3.1. Organización de labores en el hogar..... 21
3.2. Diferencias en las responsabilidades de acuerdo al género..... 22
3.3. Estilo de vida..... 24
3.4. Equilibrio entre la familia y el trabajo..... 25
3.5. Red de soporte familiar..... 26
3.6. Estado de emergencia por Covid-19..... 27
4. Consecuencias del Burnout Parental..... 28
4.1. Físicas..... 28
4.2. Psicológicas..... 29
4.3. Familiares..... 29
5. Dimensiones del Burnout Parental..... 30
5.1. Agotamiento abrumador del rol de madre..... 31
5.2. Contraste con la imagen de madre esperada..... 31
5.3. Distanciamiento emocional con los hijos..... 32
5.4. Pérdida del placer por la crianza..... 33
CAPÍTULO III
Metodología..... 34
1. Tipo, método y diseño de investigación..... 34
1.1. Tipo de investigación..... 34
1.2. Métodos y técnicas..... 34
1.3. Diseño de investigación..... 35
2. Población y muestra..... 35
3. Instrumentos y técnicas..... 35
3.1. Parental Burnout Assessment (PBA)..... 35
3.2. Entrevista semiestructurada para las madres..... 36
4. Procedimientos..... 36

CAPÍTULO IV
Análisis e interpretación de resultados 38
1. Análisis Individual 38
a. Primera categoría: Dinámica familiar 38
b. Segunda categoría: Causas del Burnout Parental 42
c. Tercera categoría: Consecuencias del Burnout Parental 46
d. Cuarta categoría: Dimensiones del Burnout Parental 48
2. Análisis Colectivo 53
a. Primera categoría: Dinámica familiar 53
b. Segunda categoría: Causas del Burnout Parental 55
c. Tercera categoría: Consecuencias del Burnout Parental 57
d. Cuarta categoría: Dimensiones del Burnout Parental 58
DISCUSIÓN 62
CONCLUSIONES 68
SUGERENCIAS 70
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS 72
ANEXOS 79

INTRODUCCIÓN

El Burnout como síndrome de agotamiento crónico ha sido estudiado con amplitud desde hace años, sin embargo, estas investigaciones siempre giraban alrededor del ámbito laboral. No fue hasta hace poco que el foco de interés cambió a la esfera familiar, entendiéndose que este síndrome puede afectar también a los padres para los que la crianza se vuelve una fuente de estrés y agotamiento constante. Por ello es necesario mencionar que son las madres quienes están más expuestas de forma cotidiana al estrés excesivo, sin tener muchas veces los suficientes recursos (personales, económicos o redes de apoyo) para compensar el efecto que produce en sus vidas, puesto que, en el contexto de nuestra sociedad, la carga de la crianza se pone bajo su responsabilidad directa. La imagen de la madre devota e inagotable hace que muchas veces su cansancio o necesidad de ayuda sean pasados por alto, puesto que su instinto y amor de madre deben ser suficientes para ayudarlas a sobreponerse de todos sus problemas.

Así, el presente trabajo de investigación titulado "EXPLORACIÓN DEL BURNOUT PARENTAL EN MADRES DE FAMILIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, EL PEDREGAL, 2021", tiene como propósito contribuir a un mayor entendimiento sobre las causas, consecuencia, experiencias y sentimientos que experimentan las madres de familia que sufren de Burnout Parental. Para ello, una vez evaluadas y seleccionadas las madres que sufrían de este síndrome, se les realizó una entrevista semiestructurada que nos permitió recoger de primera mano su experiencia con la maternidad y la forma en la que se sienten afectadas por los diferentes aspectos de la misma y las expectativas sociales que las rodean.

Nuestro principal objetivo fue analizar y describir cómo experimentan el Burnout Parental las madres seleccionadas, y para ello investigamos la diferencia existente entre los roles paternos y maternos dentro de la dinámica familiar de sus hogares, los factores que influyeron

en la aparición de esta condición, las consecuencias generadas en su salud y relaciones familiares, y las dimensiones del Burnout Parental más difíciles de sobrellevar para cada una.

Esta investigación consta de cuatro capítulos, los cuales exploran la forma en que la tesis fue planteada, desarrollada y los resultados que surgieron.

En el primer capítulo, se establecieron los puntos centrales de nuestra investigación, como fue nuestro planteamiento, los objetivos que se buscaban, la importancia de realizar el estudio, las limitaciones, los conceptos generales y la matriz de categorías que se utilizó.

En el segundo capítulo, se desarrolló el marco teórico donde se conceptualizaron los términos básicos empleados en la investigación. Además, sentamos las principales bases teóricas para el sustento de nuestra investigación.

El tercer capítulo, se expone la metodología, estableciendo el tipo de investigación que realizamos, el método y el diseño empleados para cumplir con los objetivos, la población y los criterios de selección de la muestra, además de los instrumentos y técnicas para el recojo de la información y el procedimiento de análisis.

En el cuarto capítulo se expresaron los resultados obtenidos a partir del análisis temático de las entrevistas realizadas a las madres de familia que sufren de Burnout Parental, de manera personal y colectiva, explorando cómo experimentan esta situación y luego analizando de forma grupal las principales coincidencias entre ellas.

Finalmente, presentamos la discusión, las conclusiones, sugerencias, bibliografía y anexos de nuestra investigación.

CAPÍTULO I

LA INVESTIGACIÓN

1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El síndrome de Burnout, o síndrome de desgaste profesional, es un fenómeno que se presenta a nivel global y se estudia con mucha frecuencia, especialmente en investigaciones cuantitativas y de validación de instrumentos (Díaz y Carolina, 2016). Este síndrome implica un estado de agotamiento físico, mental y emocional producto de las altas exigencias laborales, especialmente en trabajos que implican bastante presión. Sin embargo, este estado de agotamiento no se presenta solo en el ámbito profesional, sino también familiar. El Burnout Parental está presente a nivel mundial, aunque con mucho menor difusión y estudio, así, fue recién en 2017 que las investigadoras del Instituto de Psicología de la Universidad de Louvain (Francia), Isabelle Roskam, Maríe-Emilie Raes y Moïra Mikolajczak desarrollaron la escala para medirlo (Roskam et al., 2017).

En América Latina, el Burnout Parental suma además otro factor importante como es la polarización de responsabilidades de acuerdo al género. Este fenómeno implica un nivel de estrés crónico derivado directamente de la crianza de los hijos, la cual en los países latinos es relegada en su mayoría a las madres de familia puesto que se considera una función propia de las mujeres. Un estudio realizado en Chile mostró que las madres presentan un desgaste parental significativamente mayor que los padres (Pérez-Díaz y Oyarce, 2020), a diferencia de otros estudios hechos en población europea donde la diferencia entre el desgaste de padres y madres es la mayor resistencia de ellas a los factores de estrés, sin haber otras diferencias significativas (Roskam y Mikolajczak, 2020), por lo que consideramos este un factor importante a tener en cuenta.

En el caso de Perú, no se ha realizado ningún estudio analizando este fenómeno en específico, lo que se ha investigado es el estrés parental en casos de padres con niños con habilidades diferentes u otro tipo de afectación física, técnicas de afrontamiento de los padres al estrés, o la validación de algún instrumento de medición (Sánchez, 2015). El Burnout Parental es un síndrome que puede ser invisible para nuestra realidad y aun así estar generando consecuencias negativas en la salud física y mental de muchas madres y de sus familias sin que estos alcancen a comprender el origen real de sus problemas.

Como los estudios han sugerido, el Burnout Parental no es estrés parental o depresión, sino que es un síndrome específico que surge de una respuesta prolongada al estrés parental crónico (Mikolajczak et al., 2018), el cual al estar expuestos genera problemas médicos tales como migrañas, palpitaciones, o agrava condiciones médicas ya existentes, además de desarrollar problemas psicológicos a largo plazo tales como depresión o ansiedad, también puede ser común el distanciamiento de otras personas y problemas conductuales que pueden progresar hasta conductas de alto riesgo (Forbes, 2011). El estado permanente de estrés también puede ser el origen de un ambiente tenso dentro del hogar que se vuelve susceptible a conflictos y discusiones, los cuales a largo plazo pueden afectar la estabilidad emocional de los miembros de la familia, especialmente los menores que viven ahí, pudiendo incluso ser considerada como una condición prevalente y grave que está asociada a el maltrato y la negligencia parental hacia los hijos (Piraino, 2021).

Por tanto, este trabajo pretende dar a conocer la forma en que el Burnout Parental es experimentado por las madres de familia de la institución educativa inicial El Pionero, además de las causas y consecuencias desde su propia perspectiva, para luego proponer acciones que puedan ayudarlas a sobrellevar la situación que atraviesan, que se encuentren a su alcance y sean factibles de realizar.

2. OBJETIVOS

2.1. General:

Analizar y describir la forma en que experimentan el Burnout Parental las madres de familia de una institución educativa inicial pública de la localidad de El Pedregal.

2.2. Específicos:

A. Conocer la diferencia entre el rol de la pareja/padre de los hijos y el rol materno en la dinámica parental de las familias de una institución educativa inicial pública de la localidad de El Pedregal.

B. Identificar los factores que influyen en la aparición del Burnout Parental en las madres de familia de una institución educativa inicial pública de la localidad de El Pedregal.

C. Examinar las consecuencias que genera la aparición del Burnout Parental en las madres de familia de una institución educativa inicial pública de la localidad de El Pedregal.

D. Comprender qué experiencias y sentimientos relacionados con las dimensiones del Burnout Parental consideran como los más difíciles de sobrellevar las madres de familia de una institución educativa inicial pública de la localidad de El Pedregal.

3. IMPORTANCIA DEL ESTUDIO

Esta investigación es original tanto en el fenómeno estudiado como en la muestra que toma para desarrollarse. No se han realizado estudios previos en el país acerca del Burnout Parental, solo se han llevado a cabo estudios acerca del estrés parental y, entre estos, solo podemos resaltar dos que se enfocaron en las madres de familia como su muestra. El primero se realizó con madres solteras y el objetivo era hallar la relación entre el estrés parental y la actitud que tenían hacia sus hijos (Tacca et al., 2020), mostrando una correlación negativa entre ambos, además que las madres con educación superior, mayores en edad y con apoyo externo tenían

menos estrés y actitudes más positivas hacia la crianza. El segundo estudio se realizó en madres que acuden a un centro de salud en Chilca, Huancayo (Arotoma, 2019) y mostró que la mayoría de ellas tenían estrés parental, especialmente las que eran más jóvenes y amas de casa, siendo el mayor problema una relación conflictiva con sus hijos.

La magnitud del problema a estudiar se encuentra en las consecuencias que el Burnout Parental puede ocasionar no solo en la salud de los padres que lo sufren, tanto física como mental, sino también en el deterioro de las relaciones familiares como resultado de la tensión y los conflictos originados por el estrés y por el distanciamiento entre padres e hijos, el cual es una de las dimensiones que se evalúan en este fenómeno. Según los resultados del Censo Nacional de Población y Vivienda realizado por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (2017), el porcentaje de hogares con jefatura femenina (26,5%) muestra un incremento de 2,7 puntos porcentuales respecto a la observada en el año 2009 (23,8%); y según área de residencia esta proporción fue mayor en el área urbana (28,5%) que en la rural (21,2%), siendo importante señalar que en el área rural la proporción de mujeres a cargo de su hogar aumentó en 2,1 puntos porcentuales con relación al año 2009 (19,1%). Por otro lado, los hogares sin núcleo, es decir, en el que el jefe o jefa vive acompañado con algún familiar o un no familiar o ambos constituyen el 6,2%. Sólo el 2,5% son hogares compuestos y subdivididos en hogares nucleares y extensos y, al ser la familia la institución central en la cual las sociedades han basado su fuerza (Ministerio de la Mujer y Desarrollo Social, 2008), el bienestar psicológico dentro de la misma y las sanas relaciones entre sus miembros son de vital importancia para la sociedad en general, especialmente durante una situación como la acaecida por la cuarentena en que la mayor parte del tiempo se debía pasar dentro del hogar, limitando no solo la interacción con otras personas sino también el espacio físico que las personas podían tener para desarrollar sus actividades laborales o de recreo. Así, un estudio realizado para medir la autopercepción del estrés durante la cuarentena (Marquina, 2020) mostró que durante el confinamiento las mujeres

presentaron niveles más altos de estrés que los varones, de igual forma, en un nivel alto se hallaron a los más jóvenes, las personas que realizan teletrabajo y a los que apoyan con actividades diarias en el hogar; labores que suelen recaer mayoritariamente en las madres a pesar de los cambios ocurridos en las dos últimas décadas que produjeron una alteración en los roles familiares tradicionales, aún en pleno siglo XXI se señala a la mujer como quien se ocupe del cuidado del hogar, el marido y los/as hijos/as (González, 2009).

Al ser el Burnout Parental un fenómeno estudiado recientemente, aún hay mucho por investigar ya que es de gran importancia para comprender la forma como el peso de la crianza de los hijos puede afectar a los padres. La paternidad siempre se ha entendido como un proceso que debe darse de forma natural, especialmente para las madres, por lo que la sociedad mantiene expectativas altas y críticas fuertes para con los padres que tienen dificultades para adaptarse a ese rol. Todo padre, madre o quien se encuentre en su lugar, sin duda, pretende ser correcto con sus hijos, cumplir adecuadamente con su rol y ejecutar acertadamente sus funciones parentales, pero también este rol puede llevarlo por momentos a vivir en situaciones con niveles de tensión y sufrimiento, experiencias que generan frustración, renuncias e insatisfacciones (Capano y Ubach, 2013).

La trascendencia de esta investigación se encuentra en dar una perspectiva diferente de la paternidad y de los retos que conlleva visibilizando la experiencia personal de las madres, haciendo notar también la diferencia existente entre la forma como se tratan los roles paternos y maternos. De acuerdo a Aguayo, Baker y Kimelman (2016) el machismo y los roles tradicionales impiden avanzar hacia la corresponsabilidad en el cuidado de los hijos/as: en América Latina existe una gran cantidad de padres ausentes personal o económicamente, y esto tiene que ver con el trato diferenciado que reciben en la cultura donde los padres “pueden” desligarse, pero no así las madres, por eso la regla preferente de las madres para la custodia en

caso de separación.

Por otro lado, al ser este un fenómeno reciente y poco estudiado en el continente sudamericano, cualquier investigación aporta datos de innegable valor para otros investigadores interesados en el tema, siendo la psicología social el área donde tendrá mayor impacto puesto que permitirá conocer el punto de vista de la experiencia de las madres y derrumbar los estereotipos que las sociedades han establecido e inculcado en las mujeres como patrones de comportamiento maternal, comportamientos que han sido asociados a ellas de una manera "natural" e "instintiva", como son el amor maternal, instinto maternal, maternidad intensiva, "la buena madre", creencias se han ido transmitiendo a lo largo de los siglos (Torres et al., 2014), generando que se idealice la maternidad al punto de negar el cansancio y agotamiento que ellas, como cualquier ser humano, pueden sentir. Muchas veces las fallas y dificultades en la maternidad son sentidas como fracasos, especialmente cuando la madre se admite a sí misma no estar "disfrutando" de la maternidad como la sociedad espera que lo haga. Una investigación para explorar la experiencia subjetiva de la maternidad en madres primerizas (Vilela, 2020) demostró que ellas sentían tanto felicidad como miedos y dificultades en su nuevo rol, especialmente miedo a fracasar y ser consideradas como "malas madres" de acuerdo a las expectativas de la sociedad, el temor a no poder cumplir con el ideal social, lo que demuestra que aún se mantiene el mandato social sobre que la mujer tiene que cuidar el hogar y los hijos además de seguir trabajando.

En cuanto a la factibilidad del estudio, se tiene acceso a las madres de familia dado que una de las investigadoras es docente de la Institución Educativa Inicial El Pionero, del Centro Poblado El Pedregal, distrito de Majes, Provincia de Caylloma y Departamento de Arequipa, que tiene sus antecedentes históricos en la iniciativa de los pobladores de la zona creándose por R. D. Nº 0894 de fecha 17 de noviembre de 1987, funcionando desde esa fecha hasta la

actualidad en el local proporcionado por el colegio Nacional Juan Velasco Alvarado y siendo su primera Directora la Prof. Nancy Fuentes Retamozo; es independiente pero comparte territorio con el mencionado centro educativo. El presente año funcionan dos secciones del nivel inicial, 4 y 5 años, a cargo de dos profesoras. Los estudiantes provienen de familias dedicadas principalmente a la agricultura destacando el cultivo de papa, cebolla, y alcachofa, ganadería y algunos al comercio (Centro educativo inicial El Pionero, 2020).

4. LIMITACIONES DEL ESTUDIO

Entre las limitaciones y dificultades que nos encontramos en el transcurso de nuestra investigación, debemos destacar:

- La situación sanitaria ocasionada por la pandemia del Covid-19 originó que muchos aspectos de la vida diaria cambiaran a una modalidad virtual, entre ellas, la educación. El gobierno estableció que las clases se realizaran de forma virtual por lo que, en lugar de reunir a las madres para tomarles un test, esto se tuvo que realizar mediante llamadas telefónicas, sucediendo lo mismo con las entrevistas a la muestra seleccionada, lo que no permitió tener un contacto más cercano que nos permitiera observar su comportamiento y lenguaje no verbal de forma directa.
- Hubo dificultad también en el acceso a la población total de estudio, debido a que al llamarlas no se encuentran en casa o simplemente no desean contestar la llamada que se les realiza.
- Se debe añadir como una de las dificultades que, en muchos de los casos, el bajo nivel cultural y/o educativo de las madres requirió que se les explicara varias veces una misma pregunta, demorando de esta manera la obtención de los datos.
- Otra limitación fue el pensamiento inculcado por la sociedad acerca de cómo se debe comportar una madre, que nos les permitía expresar de manera más libre sus sentimientos, y se

requirió de la utilización de estrategias que permitieran a las madres entrar en un ambiente de confianza al saber que no iban a ser juzgadas por lo que decían o reconocían sentir y pensar.

5. DEFINICIÓN DE TÉRMINOS

A. Burnout Parental

Roskam y Mikolajczak (2021), definen el Burnout Parental como un síndrome que afecta a los padres que están expuestos a estrés parental crónico y no tienen los recursos para lidiar con ese estrés. Entre sus síntomas típicos están: agotamiento del rol parental, comúnmente el primer síntoma en aparecer, los padres se sienten exhaustos, agotados y al límite; sobrecarga y pérdida del disfrute de la paternidad, los padres son incapaz de manejar seguir siendo padres, están abrumados y la crianza no les produce ningún disfrute; distanciamiento emocional de los propios hijos, los padres están exhaustos y no les queda energía para la relación con sus hijos, o al menos, no la usual; y contraste, los padres se dan cuenta que no son los padres que solían ser, mucho menos los que quisieran ser. No se pueden reconocer y están avergonzados del padre en que se han convertido, hay un contraste entre los padres que eran y los que son.

B. Rol Parental

En psicología social se define al rol como la personalidad pública de cada individuo, el papel más o menos predecible que asumen con el objeto de amoldarse a la sociedad (Huerta, 2014). Así, el rol parental se refiere al papel que juegan los padres en la crianza y educación de sus hijos, la forma en que asumen y viven su paternidad.

C. Agotamiento del rol parental

El agotamiento es la sensación de mucho cansancio y poca energía que interfiere con el desempeño de las actividades diarias. Para Roskam y Mikolajczak (2021) el agotamiento

relacionado con el rol paternal puede manifestarse a un nivel emocional (sentir que ya no pueden soportar más), a un nivel cognitivo (sentirse incapaz de pensar apropiadamente) y/o a un nivel físico (fatiga). Los padres se hallan cansados de ser padres, de tener que estar constantemente calmando las necesidades de sus hijos y a su vez, se sienten culpables por no poder o querer hacerlo.

D. Distanciamiento emocional

El distanciamiento es la acción de separarse de algo o alguien, estableciendo un límite ya sea externo o interno, para mantener alejado el motivo del malestar que se siente. El distanciamiento emocional es la sensación de desconexión que se siente a personas, experiencias o hechos que generan malestar o no satisfacen las necesidades de la persona evaluada. En el caso específico del distanciamiento emocional derivado de la paternidad, Roskam y Mikolajczak (2021) indican que se caracteriza porque los padres le prestan menos atención a lo que sus hijos les dicen, o solo escuchan a medias, dejando de interesarse por las experiencias y sentimientos de sus hijos, ya no se comprometen mucho con la crianza y la habilidad de demostrar a sus hijos cuánto los aman disminuye. Hacen lo que tienen que hacer- los llevan a la escuela, los alimentan, los bañan, los hacen dormir- pero no más.

E. Sensación de ineficacia

La ineficacia es la imposibilidad de obtener el resultado deseado o previsto, por lo que, en el contexto del Burnout Parental, los padres se sienten incapaces de desempeñar su paternidad de la manera que esperaban o habían imaginado. Sienten que no son los padres que esperaban ser y eso provoca frustración hacia sí mismos y a la situación en la que se encuentran, además de culpabilidad hacia sus hijos y vergüenza acerca de cómo los evalúa la sociedad.

F. Saturación y pérdida del placer de la crianza

Para Roskam y Mikolajczak (2021) la saturación se da cuando el padre siente que ya no puede resistir su rol, está saturado, sobrepasado y no obtiene ningún placer emocional de la crianza de sus hijos. Si bien la mayoría de los padres sienten satisfacción al ver que sus hijos alcanzan nuevos retos, superan dificultades y crecen como personas, un padre que se encuentra saturado por su rol deja de sentir este tipo de satisfacción, cumpliendo sus funciones como un deber y no algo que disfruta.

G. Contraste con la imagen parental

Este contraste se da cuando los padres se dan cuenta que no son los padres que eran, mucho menos los padres que esperan ser (Roskam y Mikolajczak, 2021). Este tipo de realización personal suele acompañarse de culpa y vergüenza, puesto que sienten que han fracasado en el rol que debían cumplir.

H. Dinámica parental

La dinámica familiar se refiere a la forma como los individuos interactúan entre sí en el seno de una familia. Esta interacción, dependiendo de su funcionalidad (sana o no) influye en toda la estructura y relaciones entre los miembros (Fontes, 2018). En el caso específico de la dinámica parental, nos estamos refiriendo a la interacción entre los padres y de estos con los hijos, específicamente a la forma en que se dividen las responsabilidades de la crianza, se maneja la autoridad y se toman decisiones relevantes para el desarrollo de los hijos.

6. MATRIZ DE CATEGORÍAS

Categorías	Subcategorías	Palabras claves
Dinámica familiar	Rol del padre/pareja en la crianza	• Padre/padrastro • Proveedor • Acompañamiento
	Rol de la madre	• Proveedora • Acompañamiento educativo • Acompañamiento emocional
	Rol de otro familiar	• Abuelos • Tíos • Hijo mayor
Causas del Burnout Parental	Distribución de labores en el hogar.	• Labores domésticas • Educación • Cuidado general
	Cambios en el estilo de vida (cuarentena)	• Afectación económica • Afectación a la salud • Afectación emocional • Preocupación por la educación
	Red de apoyo	• Amigos • Familiares
	Equilibrio entre responsabilidades familiares y laborales	• Trabajo fuera del hogar • Trabajo en el hogar
Consecuencias del Burnout Parental	Afectación a la salud física	• Dolores de cabeza • Dolores de espalda • Trastornos del sueño
	Afectación a la salud psicológica	• Ansiedad • Depresión • Irritabilidad
	Conflictos en las relaciones familiares	• Conflictos con la pareja • Conflictos con los hijos • Violencia
Dimensiones del Burnout Parental	Agotamiento abrumador	• Cansancio • Frustración • Impotencia
	Contraste con la imagen de madre	• Culpa • Ineficacia • Ideal buena madre • Ideal mala madre
	Distanciamiento de los hijos	• Desinterés en los hijos • Abandono emocional
	Saturación y pérdida del placer por la crianza	• Arrepentimiento de ser madre • Saturación

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO Y CONCEPTUAL

1. BURNOUT PARENTAL

El síndrome de Burnout, visto prioritariamente en el ámbito laboral, es un fenómeno de desgaste que conlleva un agotamiento físico, mental y emocional producto de las amplias exigencias laborales, especialmente en los cargos que demandan bastante presión. Sin embargo, investigaciones recientes han llevado al descubrimiento de la presencia de este tipo de desgaste más allá del campo laboral. Así, el Síndrome de Burnout Parental se refiere a un síndrome que afecta a los padres que están expuestos a estrés parental crónico y no tienen los recursos para lidiar con ese estrés (Roskam y Mikolajczak, 2021), una condición relacionada directamente a la carga de la paternidad y que produce cuatro síntomas principales: agotamiento del rol parental, sobrecarga y pérdida del placer de la paternidad, distanciamiento emocional de los hijos, y contraste entre los padres que son y los que esperaban ser.

Aproximadamente un 14% de los padres puede sufrir de este síndrome, el cual se diferencia de otras condiciones pues este agotamiento está centrado o circunscrito únicamente a temas de crianza y al rol que se ejerce como madre o padre, además de ser posible en cualquier etapa de la maternidad o paternidad (Pariente, 2020).

1.1. Antecedentes

La primera vez que el término *Burnout Parental* apareció fue en el libro de Edith Lanstrom acerca del burnout en padres cristianos, *Christian parent burnout* en el año 1983, y ese mismo año Procaccini y Kiefaver publicaron *Parent burnout*, donde sostenían que la paternidad podía llevar al agotamiento intenso, afectando principalmente a los padres que la esperaban con más

ansias y se comprometían en exceso con ella (Roskam et al., 2017). Sin embargo, el término y sus estudios relacionados quedaron relegados en favor del desarrollo y apogeo de investigaciones que se centraron en el burnout laboral desde principios de los años 70, enfocándose especialmente en investigaciones cuantitativas, descriptivas o correlacionales, y en la validación de instrumentos de medición (Díaz y Carolina, 2016).

Así, durante los años siguientes los pocos estudios ligados al estrés parental se dieron en padres cuyos hijos tenían enfermedades graves (enfermedades neurológicas, cáncer), dejando de lado la idea de que el agotamiento de la paternidad es un fenómeno universal y no exclusivo. Por su lado, la psicología centró su atención en los niños más que en los padres y al hablar del estrés en los mismos, los estudios se centraban en las consecuencias que se generaban en el desarrollo de los hijos dejando de lado la forma en que afectaba directamente a los padres. Por décadas, los padres han sido considerados medios para alcanzar el mejor potencial de los niños, idea que ratifica la Convención de los Derechos del Niño como algo que se debe esperar de los padres, "instrumentalizándolos" como medios al servicio del desarrollo y el mejor interés de sus hijos (Mikolajczak y Roskam, 2020).

No fue hasta el año 2015 que Isabelle Roskam y Moïra Mikolajczak iniciaron el estudio de este fenómeno volviendo a utilizar el término de *burnout parental*, combinando su experiencia como doctoras en Psicología y como madres para esclarecer la existencia, naturaleza, causas, consecuencias y tratamiento del mismo. En el año 2017, ellas junto a Marie-Emilie Raes desarrollaron y validaron un instrumento que permitiera medir el burnout parental, además de probar la existencia de este como un fenómeno separado del burnout laboral y del estrés parental, iniciando una serie de estudios de diferente índole centrados en el tema a través de diferentes países y realidades. Si bien este campo de estudio aún está en sus inicios, la situación acaecida por la pandemia del Covid-19 y la cuarentena establecida en todo el mundo ha

permitido llevar nuevamente el foco hacia la forma en que el estrés que atraviesan los padres puede volverse un síndrome perjudicial a su salud física y mental, afectando también gravemente las relaciones familiares.

1.2. Consorcio

El consorcio para la Investigación Internacional del Burnout Parental, conocido por sus siglas en inglés IIPB (International Investigation of Parental Burnout) nace a iniciativa de las investigadoras Roskam y Mikolajczak con la finalidad de examinar la validez conceptual, prevalencia y variación intercultural del fenómeno alrededor del mundo (Roskam y Mikolajczak, 2021). Está conformado por profesionales en más de 45 países, los cuales analizan los diferentes factores sociodemográficos, roles de género, ideales y valores, que influyen en la forma en que el burnout parental se desarrolla en cada realidad. En el Perú, la investigadora a cargo es la Dra. Denisse Manrique, investigadora externa y docente de la Universidad de Lima.

1.3. Evaluación

El primer intento de crear un instrumento que permitiera la evaluación del burnout parental se dio a través del *Inventario de Burnout Parental (PBI)* en el 2017, por Isabelle Roskam, Marie-Emilie Raes y Moïra Mikolajczak, el cual consistía en una adaptación del Inventario de Burnout de Maslach (MBI) que tenía como finalidad evaluar el burnout laboral. Se adaptaron los ítems del MBI al contexto parental, formando un cuestionario de 22 ítems que tenían 7 opciones de respuesta calificados con un puntaje del 0 al 6, y manteniendo sus tres dimensiones: agotamiento emocional, satisfacción personal y despersonalización. Sin embargo, la categoría de despersonalización fue reemplazada con la de distanciamiento emocional, pues si bien los empleados pueden llegar a considerar a los clientes como simples números, los padres no pueden deshumanizar de la misma forma a sus hijos. Incluso al límite de sus fuerzas, los padres

no pueden considerar a la carne de su carne como objetos, por lo que en su lugar se distancian de la fuente de su agotamiento (Roskam et al., 2017).

Así, este instrumento se dividió en tres dimensiones, agotamiento emocional (con 8 ítems), distanciamiento emocional (8 ítems) y satisfacción personal (6 ítems). El estudio probó que las propiedades psicométricas de este instrumento eran confiables y contaba con validez para evaluar el burnout parental, sin embargo, también tenía como limitaciones el hecho que se hubiera basado en un instrumento usado para medir un concepto diferente como lo era el burnout laboral.

Posteriormente, se decidió hacer un instrumento que corrigiera las limitaciones del PBI en la evaluación del burnout parental y, en el año 2018, Isabelle Roskam, Maria-Elena Brianda y Moïra Mikolajczak desarrollaron el *Parental Burnout Assessment (PBA)*, la Evaluación del Burnout Parental. Para desarrollar este instrumento se comenzó con un análisis fenomenológico interpretativo de las entrevistas realizadas a cinco madres voluntarias acerca del agotamiento parental, de donde se extrajeron 52 ítems que describían los sentimientos y pensamientos más representativos de las mismas. De estos ítems, dos fueron retirados por motivos éticos y los demás se usaron en una encuesta tomada a 901 padres que conformaban la muestra.

Los resultados de la encuesta arrojaron cuatro dimensiones que podían extraerse de los 50 ítems. De estas cuatro dimensiones que fueron encontradas como significativas, la primera consistía en sentimientos de saturación, la segunda en el contraste con el anterior yo parental, la tercera y cuarta eran una mezcla de sentimientos de agotamiento del rol parental (Roskam et al., 2018). Así, después de remover los ítems duplicados y aquellos cuyo significado podía interpretarse como algo más que el burnout parental, se terminó con una lista de 23 ítems que evalúa cuatro dimensiones: agotamiento del rol parental (9 ítems), contraste con el yo parental anterior (6 ítems), sentimiento de saturación (5 ítems) y distanciamiento emocional de los hijos

(3 ítems). El formato de las opciones de respuesta y la calificación son iguales a las del PBI. El estudio también confirma la validez del PBA como instrumento de medición, por lo que es el instrumento actualmente utilizado en las investigaciones acerca del burnout parental.

2. DINÁMICA PARENTAL

Antes de hablar de la dinámica parental inmersa a la familia, es necesario comprender claramente el concepto mismo de parentalidad y lo que implica.

El concepto de parentalidad se refiere a las actividades de los padres para cuidar y criar a sus hijos mientras promueven su socialización. La paternidad no depende de la estructura o composición de la familia, sino que tiene que ver con las actitudes y el tipo de interacción en la relación padre-madre-hijo (Sallés y Ger, 2011). Cada persona parece tener alguna forma de interactuar y una predisposición a actuar como padre o madre siguiendo algunos modelos o patrones que ha tenido a lo largo de la vida, niñez y/o adolescencia (Cartiere, Ballonga y Gimeno, 2008, citados por García y Huamán, 2020). Así, se señala que "las competencias parentales son el resultado de un ajuste entre las condiciones psicosociales en las que vive la familia, el escenario educativo que los padres o cuidadores han construido para realizar su tarea vital y las características del menor" (Sahuquillo et al., 2016).

En este sentido, para hablar de dinámica familiar es necesario hacerlo desde todas sus características: comunicación, afecto, autoridad y roles, dado que la dinámica familiar incluye las diversas situaciones de carácter psicológico, biológico y social (Agudelo, 2005, citado por Cruz y Hernández, 2012) que están presentes en las relaciones que existen entre los miembros que integran la familia y que les permiten ejercer la vida diaria en todo lo relacionado con la comunicación, afectividad, autoridad y educación de los miembros y subsistemas de la familia. Las dinámicas familiares pueden interpretarse como encuentros mediados por una serie de

normas, reglas, límites, jerarquías y roles, entre otros, que regulan la convivencia y permite que el funcionamiento de la vida familiar se desarrolle de manera armónica, cambiando cuando alguien no cumple con el rol asignado, afectando el funcionamiento de la dinámica y generando diferentes conflictos entre los miembros de la familia (Gallego, 2011, citado por Cruz y Hernández, 2012).

En este sentido, el término "rol" aunque de origen sociológico al referirse a la acción humana asume un carácter interdisciplinario, refiriéndose a los comportamientos y cualidades que se esperan de una determinada posición.

En el momento en que una pareja se junta comienzan a pasar por diferentes roles en un cierto orden. Por ejemplo, en el ámbito familiar, un marido y una mujer recién casados y sin hijos tienen los roles de marido y mujer; luego, cuando llega el primer hijo hay otros roles, los de padre y madre. De esta forma, se van sumando hasta que lo más probable es que aprendan el rol de abuela y de abuelo (Amarís, 2004).

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

Como sabemos, la familia, como primer contacto con la sociedad, juega un papel importante en el desarrollo de los niños ya que tiene poder en su desarrollo, en reestructurarlo, en promover la formación de sujetos críticos que desarrollen de nuevo los lineamientos educativos y, además, enfoca a las madres como primeras cuidadoras, como sujetos con voz y sujetos de derechos en la familia y la sociedad.

Una vez constituida la familia y cuando la pareja acepta el nacimiento del primer hijo, la distribución de tareas en los roles familiares tiende a seguir la línea del tradicionalismo. Cuando nace un niño sus padres deben atender sus necesidades físicas y emocionales, para reaccionar ante esto y asegurar el sustento económico de la familia, el padre asume que tiene que trabajar

duro y prepararse lo más profesionalmente posible y, de esta manera, dedica menos tiempo al cuidado directo del niño. Mientras que, por otro lado, la madre se ocupa del niño y de las tareas del hogar.

Sin embargo, la distribución tradicional de roles en el hogar está comenzando a cambiar y los hombres cuyas esposas trabajan fuera asumen más tareas relacionadas con el cuidado de los niños que antes. En tal sentido, si uno considera todas las formas de tarea, las llamadas actividades de limpieza, el cuidado de los hijos, entre otras; es necesario observar que las tareas domésticas de los padres son pocas en comparación con las de las mujeres y son vistas por sus esposas como una colaboración, lo que significa que continúan asumiendo estas tareas bajo su responsabilidad (Amarís, 2004).

Antiguamente se pensaba que una mujer estaba destinada únicamente a dar la vida, criar a sus hijos, cuidar a su marido y dedicarse por completo a las tareas del hogar; sin descalificar este enfoque se podría decir cuán desactualizada es tal idea o concepción, porque en una sociedad como esta, donde vivimos bajo la presión del tiempo y el dinero, una mujer no puede ser relegada a las tareas del hogar, y más, si figura como madre soltera por diversos motivos (González et al., 2017).

Pero a pesar de que los roles cambian con el tiempo, la sociedad está formada por una red de roles diferentes pero complementarios entre sí debido a la relación existente (de madre, hijo o hija, trabajadora), que en algunos casos puede conducir al "conflicto de roles" que surge cuando una persona tiene dificultades para cumplir los requisitos de un rol que ella o ella desempeña ya que "un cambio de rol puede llevar a otro", a un conflicto en el individuo al tomar en cuenta las demandas que todos hacen y que en ocasiones pueden chocar, como es el caso de las mujeres que al vivir el rol de madre, descuidan las exigencias del rol de esposa, o en otros

casos hasta incluso las de ella misma como persona (Bee y Mitchell, 1987, citados por Fernández et al., 2000).

2.2. Rol del padre/pareja en la crianza de los hijos.

Muy pocos autores se han centrado en analizar el papel del padre en la familia, dado que el que más se ha destacado ha sido el papel de la mujer y se ha descuidado la importancia del padre en el hogar. Si bien es difícil encontrar una definición correcta del "rol del padre", se puede decir que el papel del padre se relaciona con los comportamientos y cualidades socialmente esperados de él (Bee y Mitchell, 1987, citados por Fernández et al., 2000).

Al igual que los diversos roles en la sociedad, el rol del padre también tiene ciertas características, estos roles están al menos parcialmente definidos por la cultura a la que pertenece. Por ejemplo, el padre puede desempeñar un papel diferente en diferentes culturas o en la misma cultura en diferentes momentos. Los roles casi siempre aparecen en pares complementarios, ya que al igual que el rol de la esposa, existe el rol del esposo y el del padre etc.

Para volver a hablar del "conflicto de roles": ser padre involucra el cuidado y la crianza de los hijos, y ser esposo requiere atención y devoción por la pareja. En tal sentido, el hombre asume ambos roles en su vida diaria, situación que a menudo genera conflicto en el desempeño de sus roles.

Como sabemos, el rol que el padre ha tenido a lo largo de los años se ha ido adecuando con las transformaciones en la familia. Desde la antigüedad en la familia patriarcal, la autoridad pertenecía al padre, quien tenía casi derechos absolutos no sólo sobre la esposa sino también sobre los hijos, la herencia y la descendencia. El hombre de la sociedad patriarcal ejerció su paternidad desde lo tradicional, o era un buen hombre y responsable, o era un hombre malvado

y terco hasta sus últimos días. Aunque este patrón patriarcal persiste en la familia, actualmente hay un cambio en el rol, el cual se debe principalmente a la creciente entrada de mujeres en el mundo laboral y ha cambiado la forma de trabajar en un mundo laboral dinámico.

En ese sentido, las mujeres, los niños, la sociedad y el propio hombre necesitan una nueva imagen del hombre, un padre renovado, por lo tanto, se espera que sea el hombre quien participe en las tareas del hogar con su familia, que participe en diversos comportamientos o acciones con sus hijos. Asimismo, se espera que estas actividades tengan implícitas cualidades o formas de realizarlas, actividades relacionadas con el afecto, la comunicación con los niños, la disponibilidad de tiempo, el compromiso y la autoridad.

3. CAUSAS DEL BURNOUT PARENTAL

Si bien el burnout parental se origina en un desbalance significativo entre las demandas de la paternidad y los recursos psicológicos de los padres para sobrellevar la situación, es importante hacer un análisis más profundo que esclarezca y especifique cuáles son las causas que aumentan la predisposición de los padres a sufrir de burnout. En el 2018, un estudio de los factores de riesgo del burnout parental dio como resultado que, si bien es un síndrome multicausal, los factores que influyen con mayor peso en la aparición del burnout son los rasgos estables de los padres, la forma de la paternidad y la funcionabilidad de la familia, por encima de los factores socio-demográficos y las particularidades de los niños, los cuales son factores que influyen más como amplificadores de otros factores de riesgo (Mikolajczak et al., 2018).

Sin embargo, esta investigación se realizó en Bélgica por lo que se debe tener en cuenta que la muestra utilizada no concuerda con la realidad de nuestro país dadas las diferencias culturales que existen entre ambas sociedades. Para esta investigación tomamos como punto de evaluación las siguientes características relacionadas con la paternidad y la organización de la familia:

3.1. Organización de labores en el hogar

Hay elementos relevantes en la organización familiar (Maganto, Bartau y Etxeberria, 1999, citado por Gómez y Jiménez, 2015) como son los patrones de comportamiento e interacción que inciden en la distribución y consenso de roles y tareas que se dividen entre los miembros de la familia y definen tres características principales de la organización familiar. En primer lugar, se considera la percepción de distribución equitativa, entendida como la percepción de los miembros de la familia respecto a una división equitativa de las tareas, lo que favorece el desarrollo de las personas dentro de la familia y de la propia familia, teniendo en cuenta las habilidades y dificultades de la persona, las tareas y tiempo de cada uno. En segundo lugar, la dimensión de acción coordinada examina la coordinación y definición de tareas entre los miembros y los cambios que pueden ocurrir debido al tiempo y las tareas. En tercer lugar, se tiene en cuenta la dimensión de la corresponsabilidad, que implica el ejercicio de las tareas, la organización y el control, por lo que la familia en su conjunto debe responsabilizarse de la dinámica en el desempeño de las tareas domésticas. Ahora bien, esta responsabilidad familiar está muy relacionada con las tareas domésticas, sin embargo, también incluye la crianza de los niños y su formación educativa (Maganto, 2010, citado por Gómez y Jiménez, 2015).

Teniendo esto en cuenta, la forma en que se organizan y distribuyen las tareas del hogar puede ser una fuente de estrés para los responsables del mismo. Estas responsabilidades pueden ser múltiples o diferentes según las circunstancias y características de cada familia, las cuales varían en función de sus características específicas y de los miembros que la integran, tales como: la cantidad niños que tienen o si hay ancianos que necesitan cuidados constantes o que no cuentan con condiciones de vivienda que permitan realizar con facilidad las tareas cotidianas (falta de agua, falta de luz, etc.). El estrés que pueda sufrir depende del nivel y carga de las tareas de las que es responsable.

El Instituto Nacional de Estadística en el año 2008, mostró la desigualdad de género existente en la distribución de roles dentro de los hogares. La asimetría se vio reflejada en la carga de trabajo de hombres y mujeres, así como en sus remuneraciones, observándose que las mujeres aún asumen la mayoría de las tareas del hogar, que incluyen actividades como preparar la comida, hacer la limpieza, lavar la ropa, pagar las facturas, etc. (Gómez y Jiménez, 2015).

3.2. Diferencias en las responsabilidades de acuerdo al género.

En Perú, así como en otros países de América Latina, todavía hay una gran diferencia en cómo se trata a las personas en función de su género. La perspectiva de género surgió con la implantación del patriarcado en las comunidades primitivas y no ha dejado de ser el caso de las comunidades contemporáneas (Herrera, 2000). Esta diferenciación de normas y valores no solo afecta a las mujeres, ya que los hombres también son víctimas de expectativas sociales sobre su comportamiento y desempeño, de los cuales se espera fuerza, coraje y control emocional e independencia, entre otras cosas.

Esta distinción entre los sexos se conoce como rol de género y considera al género como la categoría en la que se resumen todos los aspectos psicológicos, sociales y culturales de la feminidad y masculinidad, y que es producto de un proceso histórico. Al analizar este concepto, vemos que el género va más allá del sexo, ya que no se limita a características biológicas y anatómicas únicamente, sino además de lo sexual también incluye características económicas, sociales, políticas, legales y psicológicas que aún hoy a pesar de los cambios siguen siendo demasiado pronunciadas.

Un estudio del año 2020 en el cual se planteó que, si bien el síndrome de Burnout Parental lo padecen padres y madres por igual, las manifestaciones y consecuencias son diferentes según el género, dio como resultado que los padres son mucho más vulnerables a sufrir de burnout

parental más rápido y que este desequilibrio puede tener en ellos consecuencias más perjudiciales: son mucho más propensos a experimentar ideas de escape y suicidio, así como a dar paso a conductas negligentes hacia sus hijos. Mientras que las madres, cuyos niveles de agotamiento son efectivamente más altos, no son tan vulnerables y tienen una mejor resistencia. Las autoras concluyeron que esto se debe, en gran medida, a la socialización de los roles de género y la importancia que se le ha atribuido a la identidad parental en hombres y mujeres (Roskam y Mikolajczak, 2020).

En Chile la doctora en psicología Daniela Oyarce y su colega Pablo Pérez-Díaz estudiaron este fenómeno como parte del consorcio IIPB, descubriendo que Chile tiene una de las tasas más altas dentro de Latinoamérica, mostrando un 6% de desgaste parental versus otros países latinoamericanos, como Ecuador, que tiene 0,2%; siendo a su vez las chilenas las que presentan un mayor desgaste parental que los varones puesto que son las que están a cargo de la crianza (Córdova, 2021). En el estudio realizado se llegó a la conclusión que las madres presentan un desgaste parental significativamente mayor que los padres en todas las escalas evaluadas, excepto en la de distanciamiento emocional, en la que no hubo diferencia significativa entre padres y madres (Pérez-Díaz y Oyarce, 2020).

Esta situación se da pues las madres son consideradas como las responsables de la educación, crianza y mantenimiento de los hijos. Son quienes se encargan de revisar tareas, comprar materiales y útiles escolares, ir a las reuniones de padres de familia, y otras labores relacionadas con la educación de los niños; y son pocos los padres que se involucran en la educación, interpretándose su participación como un “favor” o una agradable excepción más que como parte de sus responsabilidades parentales. Esta desigualdad en cuanto a las expectativas entre ambas figuras impone un estrés innecesario en las madres de familia, volviéndolas más

propensas a presentar burnout parental y menos propensas a hablar del mismo, puesto que se considera parte del rol de madre sacrificada al que son expuestas desde muy pequeñas.

Autores como Olavarría (2001), coinciden en que los modelos socioculturales han generado padres ausentes y emocionalmente distantes, estableciendo así lineamientos de la masculinidad tradicional.

Las responsabilidades de acuerdo al género son un fenómeno cultural, social y subjetivo que relaciona a los hombres con sus hijos y su rol como padres en diferentes contextos, más allá de cualquier tipo de acuerdo marital (Ugalde, 2003, citado por Izquierdo y Zicavo, 2015). Sin embargo, la construcción social del rol paterno no está fuera de los estereotipos del ser madre y padre. Como, por ejemplo, la idea del instinto maternal planteaba que las madres tenían que quedarse y cuidar a sus hijos porque mágicamente estaban previstas de un instinto especial de Dios o de la naturaleza, creyéndose de esa forma que eran mejores que los padres y las más idóneas para ello. A diferencia de la idea anterior, existen varios estudios que sustentan que el padre está en óptimas condiciones para amar y ser amado por su hijo en la misma medida que la madre, para lo cual solo requiere estar cerca y querer, tener la voluntad de hacerlo (Ferrari, 2011, citado por Izquierdo y Zicavo, 2015).

3.3. Estilo de vida.

El Glosario de promoción de la salud (Organización Mundial de la Salud, 1998) define el estilo de vida de una persona como la forma de vida que se basa en patrones de comportamiento identificables, determinados por la interacción entre las características personales individuales, las interacciones sociales y las condiciones de vida socioeconómicas y ambientales. Estos comportamientos no son fijos, sino que pueden variar dependiendo de las interacciones que tiene la persona, conservando sus rasgos identificables. La cultura, los ingresos económicos, la

edad, la estructura familiar y su entorno pueden determinar la forma en la que una persona conduce su día a día. Así, las condiciones que rodean a las madres de familia, el estilo de vida al que están sujetas pueden generarles una predisposición a sufrir burnout parental.

Los padres con tendencias perfeccionistas o que tienen pobres habilidades de manejo de las emociones y del estrés son más vulnerables a sufrir de burnout, la falta de apoyo emocional o práctico del otro padre, las pobres técnicas de crianza, el tener niños con necesidades especiales o el tener trabajo o dedicarse al hogar, también son factores que pueden contribuir al agotamiento (Mikolajczak y Roskam, 2020). Sin embargo, no todos los padres que tienen estas vulnerabilidades van a sufrir de burnout, esto se debe a que el síndrome aparece cuando no hay un equilibrio entre estos factores de riesgo, y recursos emocionales y psicológicos que les hagan contrapeso. Es decir, una madre puede ser perfeccionista, pero a la vez contar con un pasatiempo o trabajo que le permita despejar su mente, o tener un niño con habilidades especiales y tener el apoyo de los abuelos para cuidarlo.

3.4. Equilibrio entre la familia y el trabajo.

Con todos los cambios sociales y la integración de la mujer al mundo laboral, ahora es un escenario muy común que las madres trabajen para colaborar con la economía familiar. Las excepciones suelen ser los casos en que las finanzas familiares no lo requieren o cuando las responsabilidades del hogar impiden que la mujer tenga tiempo para trabajar. Sin embargo, dada la disparidad de responsabilidades en el hogar y con los niños, a las madres a menudo les resulta difícil encontrar un equilibrio satisfactorio entre el tiempo y la energía que dedican a su desempeño profesional y lo que se espera que le dediquen de forma unilateral al desempeño de su maternidad.

En este escenario, lo ideal sería un equilibrio entre el trabajo y la vida personal, de forma que se pueda dar un compromiso total en el desempeño de cada papel con una actitud de dedicación, lo que beneficiaría la calidad de vida de las personas, ya que se evitarían las secuelas del conflicto de roles como aumento del estrés laboral, la tensión psicológica, el deterioro de la salud y el bajo desempeño en la función parental (Riquelme, Rojas y Jiménez, 2012).

También hay que considerar que el trabajo puede ser un lugar que permite a las madres desconectarse por un momento de las responsabilidades parentales, permitiéndole socializar con otros adultos y aliviar el estrés que se percibe en el hogar, por lo que el verdadero problema proviene cuando el lugar de trabajo y el hogar se encuentran en el mismo ambiente, como se volvió común por la cuarentena realizada desde el 2020.

3.5. Red de soporte familiar.

En nuestra sociedad es muy común que las familias se mantengan cercanas a un nivel físico, muchas veces conviviendo diferentes generaciones o familias en una misma casa, o por lo menos con cierta cercanía. Así, es algo normal que mientras los padres trabajan, sean los abuelos o familiares cercanos los que se queden al cuidado de los niños, además de ayudar a sobrellevar la carga que involucra tener niños pequeños en el hogar. Esta red de soporte conformada por otros miembros de la familia es muy valiosa a la hora de la crianza. La red de apoyo familiar o redes de apoyo familiar (Instituto Nacional de las Mujeres, 2015) son aquellos espacios a través de los cuales las personas crean vínculos externos al núcleo familiar para brindar apoyo, lo que se constituye como una fuente de recursos y servicios materiales, emocionales, psicológicos, que se puede poner en marcha para hacer frente a las distintas situaciones de riesgo que se presentan en los hogares, como la falta de dinero o de trabajo, apoyo en caso de enfermedad o para el cuidado de niñas, niños o ancianos, o simplemente por diversión.

Si bien el funcionamiento familiar está determinado principalmente por su estructura, es importante también su relación con las redes de apoyo (Medellín et al., 2012), debido a que se relaciona principalmente con la red de apoyo familiar y con el sentimiento de falta de apoyo por parte de las redes sociales.

Sin embargo, no todas las familias cuentan con un soporte como el mencionado, a veces las familias no tienen familiares que vivan cerca o con los que tengan suficiente cercanía como para solicitar ayuda. El número de hijos, las condiciones socioeconómicas, la lejanía o el difícil acceso al hogar, pueden ser factores que impiden que los padres accedan al apoyo que les permita aliviar el estrés de la crianza. En un estudio sobre redes de apoyo en México (Medellín et al., 2012), una de las conclusiones a las que llegaron es que el acceso a las redes de apoyo se percibe considerablemente más difícil para las mujeres que para los hombres, independientemente de su situación de pobreza, lugar de residencia y condición.

Por otro lado, debe tenerse en cuenta que pueden existir problemas personales con los familiares con los que se convive, convirtiendo la red de soporte en una causa más de estrés para la madre.

3.6. Estado de emergencia por Covid-19

El estado de emergencia declarado por el Gobierno por la pandemia del Covid-19 trajo consigo una cuarentena obligatoria que afectó diferentes aspectos de la sociedad. Si bien los mayores cambios se dieron a nivel económico, social y sanitario, también fue afectado gravemente el desenvolvimiento interno de las familias. Padres fueron forzados a trabajar desde casa y a reducir su socialización externa al mínimo indispensable, niños dejaron las aulas por las clases virtuales, las cuales implicaban una mayor colaboración de parte de los padres y la falta de contacto con otros niños, además de la reducción de su actividad física y social. Por

otro lado, la angustia acerca de la situación sanitaria y la pérdida de la red de soporte que configuraban ciertos familiares a los que ya no se puede visitar, aumentaron los elementos estresores por los que atraviesan los padres.

Esta situación no solo se presentó en el país, sino en el resto del mundo. Así, una universidad en Bélgica instauró una línea de ayuda telefónica llamada "SOS Parents", la cual tenía como finalidad ofrecer ayuda a padres para los que las dinámicas del confinamiento los afectaban física y psicológicamente. De las 700 llamadas el 80% correspondía a madres, a menudo las llamadas eran de padres de niños pequeños o adolescentes que ya se sentían abrumados antes de la cuarentena y que terminaron empeorando por la falta de recursos durante el encierro (Córdova, 2021). Durante mucho tiempo, el foco de la psicología estaba en los niños y las mejores estrategias y recomendaciones para que tuvieran un sano desarrollo, sin embargo, la cuarentena movió el foco de atención no solo al rol que cumplen los padres, sino a la forma en que ellos también son afectados psicológicamente por las demandas de la crianza y el estrés que estas generan.

4. CONSECUENCIAS DEL BURNOUT PARENTAL

Como otras formas de estrés, el burnout parental no solo afecta la salud mental de los involucrados, sino también su salud física y su desenvolvimiento familiar y social. Entre las consecuencias más comunes que este síndrome puede causar están:

4.1. Físicas

El estrés es conocido como una causa del agravamiento de la salud física de quien lo sufre, ya sea por empeorar males ya presentes o por generar la aparición de nuevos problemas. Un estudio realizado en Bélgica a través de muestras de cabello de padres que sufrían burnout parental dio como resultado que sus niveles de cortisol (la hormona del estrés) eran dos veces

mayor que en padres sin burnout parental, e incluso más altos que en personas que sufrían dolor crónico severo (Córdova, 2021). Otras alteraciones de la salud pueden ser dolores de cabeza, trastornos del sueño o problemas con la presión arterial. El burnout laboral ha sido investigado como factor de riesgo para enfermedades cardiovasculares, trastornos inmunitarios, insomnio y depresión (Alonso, 2019), por lo que se podría asumir que el burnout parental puede generar estragos similares en el organismo del padre que lo sufre.

4.2. Psicológicas

Los padres que sufren de burnout parental pueden experimentar sentimientos de culpa y vergüenza por no ser el tipo de padres que esperan ser para sus hijos y la sociedad, ya que se considera que los hijos son el reflejo de cómo son ellos como padres, pueden sentirse presionados para lograr que sus hijos sean vistos como exitosos. Este agotamiento extremo puede provocar conductas adictivas o ideas escapistas en los padres, además de descuido, negligencia y violencia parental, física, psicológica o verbal, contra sus hijos. Al contrario de los empleados con burnout laboral, los padres con burnout parental no pueden renunciar o pedir licencia de sus hijos, lo que puede llevarlos a pensar en situaciones más extremas para escapar de su paternidad, como irse de la casa o incluso cometer suicidio (Mikolajczak et al., 2019).

4.3. Familiares

El agotamiento en uno o ambos padres puede desencadenar episodios de violencia o negligencia, los cuales terminan afectando a los hijos y a sus cónyuges. En el caso de los hijos estos pueden reaccionar sintiéndose culpables por la situación o respondiendo con igual intensidad, lo cual solo generará un círculo vicioso con el padre que sufre burnout, deteriorando la relación entre ambos.

Un papá que está muy agotado y no está implicado emocionalmente con su hijo, puede pasar al acto de generar violencia física o psicológica, porque ya no puede más. Esto es muy complejo, porque el niño se va a sentir culpable y va a creer que él hizo algo malo. Un menor puede reaccionar yéndose para adentro, generando un auto concepto negativo y de que ya no es un buen niño. También puede generar más pataletas y otros comportamientos disruptivos que tienen la intención de despertar a este papá. Para un niño no hay nada más angustiante que la no respuesta. (Menciona Oyarce dentro del artículo de Córdova, 2021)

En el caso del cónyuge, la relación puede deteriorarse por los reclamos acerca de la falta de colaboración en las responsabilidades parentales, llegando a generar resentimiento hacia la otra parte. Los conflictos pueden venir de un padre con burnout que siente que su compañero es responsable de su situación, ya sea por no compartir los deberes parentales o no ofrecer suficiente apoyo, o del padre con burnout descargando en el otro parte de la agresividad que siente contra los niños (Mikolajczak y Roskam, 2020).

5. DIMENSIONES DEL BURNOUT PARENTAL

Las dimensiones evaluadas en este síndrome son cuatro, y si bien pueden presentarse estas características en padres que no tienen el síndrome, su prolongación del tiempo es una señal del burnout. Lo que hace al burnout parental una condición psicológica preocupante es el número de síntomas y la frecuencia con la que se experimentan, lo cual es un indicador directo de la severidad del burnout y sus consecuencias (Mikolajczak y Roskam, 2020).

En esta investigación nos centramos solo en la parte materna de las mismas, y son las siguientes:

5.1. Agotamiento abrumador del rol de madre.

Este agotamiento está relacionado directamente con los temas de la crianza, y es tanto físico como cognitivo y emocional (Pariente, 2020).

Es el agotamiento que surge en torno a las demandas del cuidado de un niño y el resultado de la interacción entre las características de los cuidadores, las del niño y su entorno, donde la inadecuada capacidad de afrontamiento de los padres, el temperamento difícil de los hijos o situaciones adversas producen altos niveles de agotamiento (Abidin, 1995, citado por Aro, 2019).

Asimismo, suele ser mayor en las madres que en los padres, especialmente dentro del modelo clásico de familia donde es la madre la que ejerce un rol más activo en la crianza de los niños. En este sentido son en mayor medida las madres las que se sienten cansadas con la sola idea de todos los deberes que deben cumplir, desde hacer el desayuno hasta despertar y preparar a los niños para el colegio, labores que muchas veces dependen únicamente de ella y en las que además deben incluir a la pareja si es que la tiene (Pérez y Montealegre, 2012, citado por Aro, 2019).

5.2. Contraste con la imagen de madre esperada

La imagen de la madre ha sido muy idealizada a lo largo de los años, como aquella mujer que es completamente devota, servicial y para la cual su vida gira alrededor de sus hijos, los cuáles son quienes le dan sentido a su vida.

La maternidad como único fin de la mujer ha sido, con mayor o menor énfasis, el discurso que se ha mantenido a lo largo de la historia. Pero no solo es dar a luz, la educación y cuidado de los hijos han sido funciones que se les designaron a las madres, hasta el punto de darle un

carácter de naturalidad biológica a esta ideología (Montes, 2007), generando que el valor esencial de la madre esté centrado en el instinto y el amor maternal (Badinter, 1991), por lo que en diferentes culturas y grupos sociales ser madre adquiere un alto valor en el imaginario social, acto que recibe una alta tasa de aprobación social (Alizade, 2005), aspecto que aún está presente y juega un papel muy importante en nuestra sociedad peruana donde las mujeres en general nacen y se crían bajo estas expectativas, siendo empujadas desde el principio a aspirar a ser madres como la meta más alta que pueden tener y a cumplir esa función con alegría, sabiduría y fuerza infinita.

Sin embargo, la realidad no es así. Las madres son seres humanos, los cuales se cansan, se agotan, se equivocan y tienen límites, los cuales pueden ser sobrepasados. Cuando una madre no alcanza las altas expectativas que la sociedad espera de ella puede sentir mucha presión, tanta interna como externa, porque siente que ha fallado en algo que se considera "natural", lo cual puede ser una fuente de angustia.

Y aunque el concepto de maternidad ha ido cambiando, siendo entendida como una decisión personal donde el deseo de tener un hijo parte de una voluntad de procrear, continúa siendo un proceso psicobiológico que adquiere un significado diferente según el marco social, cultural, histórico y psicológico en el que se desarrolla (Bretel, 2017).

5.3. Distanciamiento emocional con los hijos.

La madre cumple con las funciones que se esperan de ella en relación al cuidado de los hijos, manteniéndolos limpios, abrigados, alimentados y llevándolos al colegio, pero sin tener la energía para prestar atención a sus necesidades emocionales o las experiencias que atraviesan. La distancia emocional en las familias es un colapso de una relación de apoyo entre los

miembros, porque aquellos que se supone que deben apoyarse por encima de todas las cosas, no lo hacen.

En este contexto los progenitores cubren solamente las necesidades básicas de sus hijos, hacen lo necesario en modo piloto automático, pero no van más allá, no tienen fuerzas para dedicarles horas extras, situación que deriva en un sentimiento de culpa por no tener ganas de estar con los propios hijos, generando sentimientos de escapismo o se enmascara esta situación en lo que la sociedad considera como descuido.

5.4. Pérdida del placer por la crianza

Las madres ya no sienten el placer que antes sentían por las actividades relacionadas con la crianza de sus hijos o las interacciones que tienen con ellos, de manera que, lo que antes podía ser una tarde o un momento de inmensa satisfacción y disfrute jugando con los hijos, ahora se convierte en una tortura para los padres, ya no disfrutando de los momentos que pasan con ellos.

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

1. TIPO, MÉTODO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

1.1. Tipo de investigación

Esta es una investigación cualitativa descriptiva de corte fenomenológico, ya que pretende describir la experiencia subjetiva de un grupo específico de personas con respecto a un fenómeno que aún no se ha estudiado a profundidad, además de las consecuencias y afectación que trajo a su vida. Los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades, características y perfiles de las personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis; son útiles para mostrar con precisión los diferentes ángulos o dimensiones de un fenómeno (Hernández et al., 2010).

1.2. Métodos y técnicas

Para la presente investigación se utilizó el método cualitativo, el cual responde a la necesidad de articular al proceso de producción científica una comprensión profunda de los aspectos singulares de los individuos (Nóblega et al., 2018), así se logró conocer el fenómeno estudiado con una visión más completa, desde la perspectiva de las afectadas. Las técnicas aplicadas fueron el Parental Burnout Assessment (PBA), una evaluación psicológica que permitió identificar a las madres que presentaban el síndrome investigado; y una entrevista semi-estructurada con preguntas abiertas para conocer la experiencia subjetiva de las madres que conformaron nuestra muestra.

1.3. Diseño de investigación

Se utilizó el diseño fenomenológico para comprender la experiencia individual subjetiva de los participantes, es decir, la forma en que cada madre experimenta el Burnout Parental desde su propio punto de vista. Comprende los sentimientos, pensamientos, percepciones y vivencias de los participantes y responde a la pregunta: ¿cómo es el mundo para este participante? (Nóblega et al., 2018).

2. POBLACIÓN Y MUESTRA

El universo estuvo conformado por las 54 madres de familia de la Institución Educativa El Pionero, en el distrito de El Pedregal, de las cuales se tomó a las 29 madres del salón de inicial de 5 años como la población a evaluar. La muestra es no probabilística puesto que la finalidad no es la generalización, sino más bien es una muestra homogénea en la cual las unidades a seleccionar deben poseer un mismo perfil o características (Hernández et al., 2010). En este caso, la muestra utilizada fueron cinco madres evaluadas que fueron diagnosticadas con Burnout Parental.

3. INSTRUMENTOS Y TÉCNICAS

3.1. Parental Burnout Assessment (PBA)

La Evaluación del Burnout Parental o Parental Burnout Assessment (PBA) fue desarrollada en el 2018. Así el PBA comprende 23 ítems de los cuales se extraen cuatro dimensiones: un agotamiento abrumador relacionado con el papel de madre o padre, un distanciamiento emocional con los hijos, el contraste entre la imagen de madre y la madre que era o que desea ser, y la saturación y la pérdida de placer por la crianza (Roskam et al., 2018). Esta evaluación ha sido traducida a más de veinte idiomas y hasta el momento, son investigadores de diferentes

partes del mundo quienes por medio de un consorcio llamado International Investigation of Parental Burnout (IIPB) examinan las diferencias y similitudes de este fenómeno alrededor del mundo. El instrumento se encuentra validado por diversas universidades de Latinoamérica.

3.2. Entrevista semiestructurada para las madres

Este instrumento es creación de las autoras de la investigación, y consiste en una serie de 14 preguntas divididas en cuatro diferentes sectores, que recolectan información acerca de la experiencia vivida por las madres que experimentan Burnout Parental. Las preguntas son abiertas, permitiendo a las entrevistadas explayarse libremente en los temas que quieran ahondar. Las áreas evaluadas por esta entrevista son la dinámica parental, las causas, consecuencias y las dimensiones del Burnout Parental. La aplicación del instrumento se hizo de forma personal y directa, sin límite de tiempo.

4. PROCEDIMIENTOS

Se eligió a la institución educativa inicial El Pionero, del distrito El Pedregal, debido a la accesibilidad al ser el centro de trabajo de una de las investigadoras. Se tomó como población a las madres de familia del aula de 5 años, de las cuales se evaluó a 17 puesto que las otras madres no pudieron ser contactadas, ya sea por problemas de disponibilidad de tiempo o ausentismo escolar. La evaluación se hizo de forma telefónica por el contexto de la pandemia, explicándoles que era lo que se estaba evaluando y siendo lo más claras posible con las preguntas del test.

Luego de calificar el test, se determinó que seis de las madres obtuvieron un puntaje global mayor a 60, lo que las ponía en riesgo alto de sufrir de Burnout Parental. Sin embargo, solo se pudo realizar la entrevista a cinco de las madres, puesto que una se fue de viaje y no fue posible contactarla. A las madres que formaron parte de nuestro estudio se las contactó previamente

para que brindaran su consentimiento informado y se quedó en una fecha tentativa para poder llamarlas y realizar la entrevista. Estas entrevistas fluctuaron entre los quince minutos y media hora por madre. Posteriormente, se realizó la transcripción de las entrevistas, las cuales fueron grabadas al momento de realizarse. Es en base a estas transcripciones que realizamos nuestro análisis, utilizando primero una codificación abierta y, luego, una codificación axial.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

Después de haber realizado la recopilación de los datos necesarios para nuestra investigación a través de las entrevistas a las madres que componen nuestra muestra, y haberlas transcrito y analizado mediante la codificación abierta y axial como parte del análisis temático que elegimos para esta investigación, hemos llegado a los siguientes resultados:

1. Análisis Individual

a. Primera categoría: Dinámica familiar

Madre N° 1:

Nos referiremos primero a la composición familiar de la madre N° 1. Ella convive con su pareja desde hace aproximadamente seis años, y tiene tres hijos, de doce, cinco y tres años cada uno. La niña mayor es de un anterior compromiso y los dos más pequeños son de su actual pareja, lo que los vuelve una familia reconstituida. No tiene relación con el padre de su mayor hija, con quien nunca llegó a convivir y quien en un primer momento intentó que ella abortara y, al no hacerlo, dijo que la pequeña era entonces su responsabilidad. Él no quiso responsabilizarse de la pequeña y se limitó únicamente a reconocerla, argumentando que no quería hijos y, de tenerlos, prefería un varón y no una mujer.

En relación a la actual pareja, la madre manifiesta que el rol que cumple es el de proveer a la familia, mas no se involucra en otros aspectos de la crianza de los niños. Según sus propias palabras “solo trabaja, solo da, pagar la mesa para comer, esas cosas”. Mientras tanto, la madre al tener un trabajo no solo asume el rol de proveedora, sino también la totalidad de las funciones del cuidado del hogar y de los hijos, acompañándolos en el desarrollo educativo con sus clases

y sus tareas, y en el desarrollo emocional, jugando y compartiendo con ellos. Cuando la madre no puede quedarse en casa por el trabajo quien asume esa responsabilidad es su hija mayor, pero bajo la supervisión constante de la madre a través de llamadas. Así, existe una división bastante clara entre los roles que cumplen los padres: el padre es el proveedor y no muestra interés en involucrarse en otros aspectos de la crianza de los hijos, mientras que la madre asume la responsabilidad completa del hogar, los cuales son los roles típicos asignados a lo largo del tiempo.

Madre N° 2:

La madre N° 2 vive con su esposo y padre de sus dos hijos, de quince y cinco años de edad. La madre se dedica al hogar, por lo que el padre es el único proveedor de la familia. Al cuestionar acerca del envolvimiento del padre en la crianza de los hijos, ella señala que él apoya en lo educativo y en lo emocional, sin dar ningún detalle en específico, solo manifestando que "cuando digamos… hay algún trabajo para hacerlo, él ayuda", por lo que su rol dentro de otros aspectos de la familia es más visto como una ayuda que como parte de sus funciones de padre, justificado por el hecho de que él trabaja.

En cuanto al rol que cumple la madre, ella es quien pasa la mayor parte del tiempo con los menores dado que se dedica al hogar, por lo que indica "De todo me encargo yo", especificando que las funciones que cumple están relacionadas a la educación y el desarrollo emocional de sus hijos. El cuidado de los hijos recae solo en ellos, no contando con otro familiar que asuma algún rol en el cuidado de los menores. Por lo que podemos ver, que nuevamente se reparten los roles de acuerdo a los estereotipos de lo que cada padre debe hacer, sin que el padre tome una responsabilidad clara en la casa en cuanto a la crianza de sus hijos más allá de lo económico.

Madre N° 3:

En cuanto a la composición familiar, la madre N° 3 indica que vive con su esposo y padre de sus dos hijos, de trece y cinco años de edad. Tanto ella como su esposo tienen el rol de proveedores de la familia. Al preguntarle sobre el acompañamiento del padre en la crianza de los hijos, ella señala que su esposo no apoya de ninguna forma en el hogar indicando "está trabajando en una empresa y no tiene tiempo, sábado también trabaja todo el día, domingo también, como tengo deudas y no está en la casa pues".

En cuanto al rol que cumple la madre, ella es quien se encarga de las labores domésticas, pero pasa la mayor parte del tiempo trabajando, tal como lo menciona "solo eso, diario ir a trabajar", mostrando que el cuidado de los hijos recae sobre el hermano mayor, especificando que las funciones que cumple están relacionadas en mayor medida a cocinar, limpiar y lavar. No toma mayor participación en la educación de sus hijos. El cuidado de los hijos recae solo en ambos padres, no contando con otro familiar que asuma algún rol en el cuidado de los menores.

Eso nos demuestra que hay un conflicto de roles y un desligue bastante marcado de ambos padres con respecto al cuidado y crianza de sus hijos, sin embargo, es más evidente en el caso del padre puesto que no participa de ninguna forma en el hogar, mientras que la madre, quien tampoco se involucra en la educación de sus hijos, si se esfuerza por cumplir con los cuidados mínimos como son higiene y limpieza.

Madre N° 4:

En relación a la madre N° 4, ella no vive con el padre de su niño, vive con su actual pareja quien ha asumido el rol de padre dentro del núcleo familiar. La madre se dedica al hogar en determinados momentos de su día, pero esta labor no la considera como algo muy importante.

Al preguntar acerca del rol del padre en la crianza de los hijos, ella señala que él la apoya con su niño sin dar ningún detalle en específico, solo manifestando “prácticamente es como su papá, o sea convivimos y pues, yo creo que lo ve como su papá porque a su papá no lo conoce”, siendo su rol más visto como un apoyo.

En cuanto al rol que cumple la madre, ella pasa la mayor parte del tiempo trabajando, indica que sale muy temprano y llega bastante tarde. Realiza algunas actividades en el hogar, pero en cuanto a las actividades relacionadas a la educación y el desarrollo emocional de su hijo, las realiza en menor medida debido a la falta de tiempo. Recibe ayuda de su padre y hermana, por lo cual el cuidado de su hijo recae sobre ella, su pareja y familiares cercanos que viven en la misma casa.

En este caso, al haber sido una madre soltera y haber empezado una relación recientemente, los roles de cada padre apenas se están estableciendo, por lo que la madre busca más el apoyo de su familia que el de su pareja para el cuidado de su menor hijo.

Madre N° 5:

La madre N° 5 tiene dos hijos de cinco y un año de edad, ella vive con su última pareja quien es el padre solo de su hijo menor. El padre de su hija mayor no está muy presente en la vida de la niña, acercándose ocasionalmente, sin embargo, desde que empezó la pandemia dejó de comunicarse y de cumplir con sus obligaciones económicas. La madre se dedica solo al hogar, debido a que tiene que cuidar a sus menores hijos, por ello, el padre es el único proveedor de la familia, siendo ese su único rol dentro del hogar, tal como indica “economía nomás, en este caso, no siempre para él en la casa y yo nomás”.

En cuanto al rol de la madre, ella es quien pasa la mayor parte del tiempo con los menores dado que se dedica al hogar “Yo, siempre aquí cuidando a mi hijito y aquí, estando con mi hija,

enseñándole, en la mañana, nosotros no más trabajamos". Sus funciones están relacionadas a la educación y el desarrollo emocional de sus hijos. El cuidado de los hijos recae únicamente en ella debido a que no cuentan con otro familiar que ayude en el cuidado de los menores. De esta forma, podemos observar una familia reconstituida en la cual se siguen los patrones tradicionales de crianza.

b. Segunda categoría: Causas del Burnout Parental

Madre N° 1:

Dentro del hogar de la madre N° 1 se da un desequilibrio en cuanto a la distribución de las labores del hogar. Así, ella se encarga en la totalidad de las labores domésticas, como cocinar, lavar y limpiar la casa, además de dedicar parte del tiempo a ayudar a sus hijos con las clases virtuales y la realización de sus tareas, y al cuidado general de los menores al estar todo el tiempo con ellos cuando no va a trabajar. Por otro lado, si bien no mencionó haber sido afectada a nivel económico o sanitario por la pandemia, si fue afectada a nivel emocional cuando se enteró del fallecimiento de varios conocidos suyos, sintiendo tristeza y preocupación por el futuro de sus hijos, pensando "si algo me pasa ¿qué van a hacer mis hijos?", manifestando especial preocupación por su hija mayor que por su edad puede estar expuesta a más riesgos. Otra fuente de preocupación es la educación de sus hijos, porque considera que desde casa y a través de la televisión no están aprendiendo nada.

Otro factor a considerar como causa del Burnout Parental es la red de apoyo que pueden tener las madres. En el caso de la madre N° 1, su mayor soporte era su hermano, muy querido por ella y por sus hijos, quien la visitaba siempre y pasaba tiempo de calidad con los niños, y que lamentablemente falleció recientemente dejando muy dolida y triste a la madre con su muerte. Si bien tiene otros hermanos, señala que no se lleva muy bien con ellos, aunque si la

visitan ocasionalmente. También menciona tener amigas de muchos años con las cuales se reúne con cierta frecuencia, una o dos veces al mes. Podemos concluir que, al perder a su hermano, sus amigas se han vuelto su fuente de apoyo.

Al ser la madre N° 1 una madre trabajadora, necesita encontrar una forma de equilibrar su trabajo con su rol de madre. Así, los días que trabaja ella deja la comida preparada para sus hijos y un horario que deben seguir, llamándolos por teléfono constantemente para supervisarlos. Al llegar a casa después de trabajar debe ocuparse de las labores domésticas restantes y de ayudarlos con la tarea. De esto podemos observar el desbalance entre las obligaciones que tiene como madre y la falta de recursos emocionales para lidiar con el estrés que le provocan, lo cual le genera un agotamiento constante y crónico.

Madre N° 2:

La madre N° 2 se dedica a su hogar, por lo que es la responsable de realizar todas las labores domésticas (cocina, limpieza), además de asistir a sus hijos con las clases virtuales y con las tareas. Ella le dedica casi todo el día a la realización de las responsabilidades del hogar y pasa la mayor parte de su tiempo con sus hijos, por lo que su cuidado general está a su cargo. Por otro lado, ella manifiesta no haberse sentido afectada por la cuarentena, puesto que no sale mucho fuera de casa. En ese sentido, no tiene amigos cercanos ni asiste a compromisos con personas ajenas a su familia, saliendo solo ocasionalmente con familiares, por lo que de forma voluntaria no cuenta con una red de apoyo que la ayude. Esto significa que no cuenta con personas cercanas con las cuales pueda desahogar sus inquietudes y preocupaciones, puesto que sus características personales la hacen una persona reservada, que no busca relacionarse con otras personas ajenas a su familia nuclear, y eso puede generar que acumule emociones negativas que no puede expresar o exteriorizar.

Madre N° 3:

La madre N° 3 se dedica a trabajar, pero también es la responsable de realizar todas las labores domésticas (cocina, limpieza). Ella no apoya a sus hijos con las clases virtuales, ni con las tareas, incluso si se encuentra en casa, como se deduce debido a que ella explícitamente dice "Cuando está en horas de su clase, ahí me dedico a la casa, así cuando me quedo", ello muestra que destina mayor tiempo a otras responsabilidades que a pasar tiempo con sus hijos. Por otro lado, manifiesta haberse sentido afectada por la cuarentena, resultando contradictorio este aspecto debido a que, en palabras literales, delegó esa responsabilidad al hijo mayor. Cabe indicar que no tiene familiares cercanos o personas cercanas en las que apoyarse "Ninguna, mis familiares… no, no está, lejos están, no".

Podemos concluir que ella es la jefa de familia, quien debe asumir el rol de delegar las funciones puesto que el padre no está presente, y además ir a trabajar desde temprano sin descuidar el cuidado básico de sus hijos, por lo que no le queda tiempo que destinar para ella misma, ni personas a parte de sus hijos con quienes compartir tiempo de calidad.

Madre N° 4:

La madre N° 4 dedica mayor tiempo a su trabajo, ella tiene poco interés por las actividades relacionadas al cuidado del hogar, situación que generó que comieran de manera constante en restaurantes, indicando "prácticamente solamente comíamos en la calle, igual al Kristofer le dejaba para que le compren". En cuanto al apoyo de las clases virtuales y las tareas de su hijo, ella menciona que se ha descuidado, dado que como se mencionó antes dedica casi todo el día a su trabajo y solo por la noche realiza actividades de limpieza manifestando "Mmm, pues, levantarme, irme a trabajar y luego regresar y eso, regresaba tarde, como a las ocho, nueve de la noche y tenía que limpiar, ordenar, porque toda mi casa estaba un desastre, porque cuando

no está la mamá, nadie ordena". Por otro lado, la madre dijo haberse sentido afectada por la cuarentena, tanto en el plano de la salud como en lo económico, porque no logró hacer operar a su niño que nació con labio leporino, debido a dificultades económicas que atravesó. Así mismo, la red de apoyo, a pesar de ayudarla con el cuidado de su hijo durante todo el día también la hacen sentir mal al criticarla constantemente.

Podemos entender que el origen de su estrés se da en tener que equilibrar el trabajo con la maternidad, además de no tener los recursos suficientes para las necesidades especiales de su hijo y la falta de empatía y asertividad de sus familiares acerca de su inexperiencia y de los sentimientos que ella está experimentando.

Madre N° 5:

La madre N° 5 se dedica a su hogar, es la responsable de realizar todas las labores domésticas, de asistir a su hija con las clases virtuales y con las tareas. Ella dedica todo su día a la realización de las responsabilidades del hogar y al cuidado general de sus hijos, estando ella a cargo. Por otro lado, manifiesta que se sintió afectada por la cuarentena debido a que dio a luz en ese momento y le fue sumamente difícil, experimentando mucho temor durante todo ese tiempo. No tiene amigos cercanos ni familiares, por lo cual no cuenta con una red de apoyo.

Nuevamente, podemos ver que la división de roles tradicional deja mucha carga en la madre, la cual tiene que asumir sola y que empeora cuando no pueden contar con alguien que la ayude, como en este caso. La pandemia también hizo estragos en su estabilidad emocional, puesto que se encontraba en un momento muy vulnerable.

c. Tercera categoría: Consecuencias del Burnout Parental

Madre N° 1:

Entre las consecuencias que desencadena el Burnout Parental, se encuentran las afectaciones a la salud física, psicológica y los conflictos familiares. Así, la madre N° 1 señala que sufre de fuertes dolores de cabeza, los cuales asume que son migraña y, además de la tristeza y dolor que siente por la muerte de su hermano, ella también indica sentir ansiedad y sentirse siempre cansada. Esta situación de agotamiento le produce irritabilidad y desencadena conflictos con su pareja puesto que no se siente apoyada en absoluto por él, señalando "Le hablo pues yo, entonces él no entiende". Su pareja no la ayuda con ninguna de las labores del hogar, argumentando que está cansado, pero sin tomar en cuenta que, al trabajar, ella también se siente cansada, siendo este el origen de la mayoría de sus discusiones y llegando al punto en que la madre N° 1 manifiesta deseos de separarse de su pareja.

Además, este cansancio también le genera conflictos con sus menores hijos, reconociendo que se "desquita" con ellos, les grita cuando se altera y también "cuando me hace renegar les doy pues sus cueras", lo que implica un grado de violencia hacia los menores originados por el estrés de la madre. Podemos ver que el estrés alcanzado la lleva a una sobrecarga emocional, llevándola a sobrepasar sus límites, afectando su salud física al somatizar sus emociones, además de su salud mental y dañando las relaciones con los demás miembros de su familia.

Madre N° 2:

La madre N° 2 manifiesta sentir dolores de espalda y problemas para conciliar el sueño, lo cual le sucede por lo general cuando tiene algo importante que hacer, como viajar, "al día siguiente tengo que hacer algo, cualquier cosa, no puedo dormir", siendo un síntoma relacionado con la ansiedad. También manifiesta sentir algo de tristeza y sentirse abrumada,

llegando a la irritabilidad que según ella “se le pasa rápido”. Si bien no se refiere específicamente a tener conflictos dentro de su familia, si señala que da a conocer su molestia cuando siente que ya no puede más, indicando “estoy un poco, así como que enojada y ya pues, entonces, todos ya ¿no? me ven, mi esposo, mis hijos, ya saben que estoy molesta”, aunque según ella esto no sucede muy seguido.

En este caso, la afectación a la salud física es ocasional, puesto que solo se da cuando planifica algo importante. Sin embargo, señala que en ciertas ocasiones suele irritarse con facilidad, pierde la paciencia, lo que muestra que sus límites han sido sobrepasados por la situación que se da en su hogar.

Madre N° 3:

No indica sentir dolores físicos, pero sí manifiesta presentar momentos de ansiedad iniciando “hay veces, así cuando tengo deudas también, que no puedo dejar a mi hijita, hay veces así, siempre hay veces”. Ella se siente abrumada, aunque de forma momentánea, diciendo que luego se le pasa. No refiere tener conflictos dentro de su familia. Podemos concluir que no ha somatizado su estrés, sin embargo, está presente en su vida diaria, causándole preocupación por sus hijos y por su situación económica.

Madre N° 4:

Refiere sentir dolores de espalda, además manifiesta tener momentos de bastante angustia indicando “hay veces que sí, o sea ya… llega un punto en que me pongo a llorar porque no sé, osea, me preocupa ¿no? que Kristopher no pueda hablar”. Su mayor preocupación es que no haya una solución para su hijo. Por otro lado, refiere no tener muchos conflictos con su pareja o familia “Mmm, no, lo tratamos de llevar bien, no peleamos mucho, no discutimos mucho o

sea no, no somos así.", señalando en ese sentido que solo tiene dificultades con su padre y su hermana.

El estrés que siente se expresa en un nivel físico y emocional, afectando su salud y llevándola a sobrepasar sus capacidades de afrontamiento ante las situaciones que le generan emociones abrumadoras, como es la enfermedad de su hijo.

Madre N° 5:

Manifiesta sentir dolores de espalda y también experimenta momentos de bastante angustia, si bien la madre de familia no manifiesta mayor dificultad, esto se halla en incongruencia con lo que ella expresó en su lenguaje no verbal al momento de la entrevista, debido a que en determinado momento la mamá mostró ganas de llorar, siendo necesario utilizar estrategias para que pueda reponerse.

d. Cuarta categoría: Dimensiones del Burnout Parental

Madre N° 1:

Entre las dimensiones que se presentan en el Burnout Parental, tenemos el agotamiento abrumador, el contraste con la imagen de madre, el distanciamiento de los hijos, y la saturación y la pérdida de placer por la crianza. En el primer aspecto, la madre N° 1 recalcó muchas veces durante la entrevista sentirse cansada, también presentó señales de frustración al mencionar "me siento muy sola porque mi esposo no me ayuda", refiriéndose a la forma en que su pareja no colabora con ninguna de las labores del hogar, ni tampoco ayuda a los niños con sus tareas o sus clases, siendo ella la única que tiene que hacerlo a pesar de también sentirse cansada por haber ido a trabajar. De igual modo, evidenció impotencia al aceptar que muchas veces calla sus sentimientos y lo que quiere decir para evitar generar más conflictos en el hogar,

“aguantándose” sus reclamos y pedidos de ayuda. Tanto la frustración como la impotencia contribuyen a sus sentimientos de agotamiento y se originan en el desequilibrio de roles y la falta de apoyo de su pareja.

Por otro lado, al ahondar en la imagen de madre que tiene de sí misma, la madre N° 1 manifestó mucha culpa por la forma en la que a veces pierde el control y les grita a sus hijos, mencionando explícitamente “‘yo no merezco ser madre’ a veces pienso yo misma”, además de tener sentimientos de ineficacia con respecto a su capacidad de apoyar a sus hijos en el ámbito educativo, si bien ella manifiesta deseos de cambiar y ser mejor. Al preguntarle cómo debería ser una madre, ella responde “Una buena madre se dedica solo a sus hijos, hace las cosas en la casa, le hace hacer las tareas, osea, prácticamente pienso que todo el día está con sus hijos”, ante lo cual ella menciona sentirse triste porque no pasa el tiempo que le gustaría con sus hijos debido al trabajo, “a veces pienso que más me interesa la plata que mis hijos”, menciona, manifestando culpa por tener que trabajar. Del mismo modo, al preguntarle lo que considera una mala madre, ella responde “Pegarles, gritarles, esas cosas pienso que son una mala madre”, acciones que se corresponden con las fallas en la crianza de sus hijos por las que se siente culpable, dando a entender que hasta cierto punto esa es la forma en la que se ve, siendo el ideal de madre las cosas que siente que a ella le faltan.

Al hablar del distanciamiento a los hijos, la madre N° 1 cuenta que mientras su hermano estaba internado en el hospital antes de fallecer, ella dejó a sus hijos con su cuñada y se distanció completamente de ellos, según sus palabras “‘no me importa mis hijos’ decía, ‘lo que sea, la cosa es que mi hermano yo quisiera que se salve’, así, esa vez yo si les abandoné a mis hijos”. Durante el tiempo que su hermano estaba enfermo ella se desligó de su rol de madre, sin embargo, aun así, manifestó preocupación en llevarlos al entierro por miedo a que se enfermaran también. A pesar del incidente, ella asegura que tiene un interés propio en saber

cómo se sienten sus hijos, en que le cuenten sus cosas, especialmente su hija mayor por encontrarse en la pubertad.

En cuanto a la saturación y la pérdida del placer de la crianza, ella señala que durante el día no tiene ningún descanso y que ha llegado a rezar porque empiecen las clases presenciales, lo que indica que ella se siente saturada por la situación que vive en casa. También menciona haber llegado a sentir arrepentimiento de ser madre, expresando "antes llegué a pensar porque traer al mundo al hijo sino eres paciente, no tienes mucha responsabilidad para ellos, así siento". Estos sentimientos son síntomas claros de la presencia del Burnout Parental.

Madre N° 2:

La madre N° 2 manifiesta sentirse cansada y estresada por la rutina que sigue todos los días en casa, ella además dice ser inconforme, lo que agrava su sentimiento de frustración, y se siente impotente cuando quiere hacerlo todo ella sola y no puede lograrlo, provocando que se sienta molesta, enojada y amargada. Estos diferentes sentimientos son manifestaciones del agotamiento abrumador que es parte del Burnout Parental, aunque en este caso, el origen de estos síntomas está relacionado a las características de la personalidad de la madre N° 2.

En cuanto al contraste con la imagen de madre, la madre N° 2 se siente culpable de no dar todo lo que debería dar, comparándose con otras madres y sintiéndose en desventaja específicamente en el área emocional, puesto que demuestra un sentimiento de ineficacia al reconocer que la experiencia de la crianza no es como le gustaría que sea y que quisiera ser más cariñosa y afectiva. Ella ve como una buena madre a aquella que "sea cariñosa… cariñosa… que más, eh… que siempre esté ahí con sus hijos ¿no? Este… que ellos le cuenten sus cosas", las cuales son a su vez las características por las que se sintió culpable porque siente que le falta trabajar en ellas. Por otra parte, piensa que una mala madre es la que no se interesa por sus

hijos, la que no está ahí para ellos, guardando esta creencia también relación con lo que mencionó antes acerca de sus capacidades.

En cuanto al distanciamiento emocional de sus hijos, si bien admite que por momentos piensa que ya no quiere saber nada más al respecto de ellos porque llegó a sus límites y solo quiere un poco de paz, recalca que solo es esporádico y que ella siente real interés por las cosas que sus hijos le cuentan.

Madre N° 3:

La madre N° 3 manifiesta sentir cansancio. Siente preocupación y estrés en el desarrollo de las clases virtuales a pesar de manifestar que su hijo mayor ha asumido las responsabilidades educativas, lo que considera normal y no como una dificultad en ejercicio de sus roles. Este aspecto puede ser una manifestación del agotamiento abrumador que es parte del Burnout Parental, lo que podría estar relacionado al distanciamiento de ella ante una situación estresante.

En cuanto al contraste con la imagen de madre, ella no se siente culpable por el poco tiempo que dedica al cuidado de sus hijos, ni tampoco manifiesta sentimientos de ineficacia en su crianza, considerándolo dentro de la normalidad, viéndose como una buena madre en todo momento y sin dificultad alguna. Eso puede expresar sentimientos no reconocidos de distanciamiento emocional hacia sus hijos, donde solo cumple con lo mínimo indispensable en su relación madre-hijo, sin ir más allá en ahondar en otros aspectos. También podemos relacionar esta conducta a la pérdida del placer en la crianza.

Madre N° 4:

La madre N° 4 manifiesta que toda esta experiencia de tener que sacar a su menor hijo adelante ha sido para ella algo muy abrumador, le causa mucha frustración los comentarios que

vienen de su círculo más cercano señalando que “ha sido muy difícil, mi único hijo y…ósea, lo ven pe’ ellos diferente ¿no? son más adultos, más experimentados y para mí es difícil, porque es mi primer hijo y nadie nace sabiendo, y además que mi hijo es diferente, más difícil para mí es, es difícil de verdad”. Estos diferentes sentimientos pueden ser manifestaciones del agotamiento abrumador, aunque en este caso, el origen de estos síntomas está relacionado a la condición con la que nació su niño.

En cuanto al contraste con la imagen de madre, ella se siente culpable por haber traído al mundo a un niño que no es sano, de no dar todo lo que debería dar, comparándose con otras madres y sintiéndose en desventaja, buscando maneras de compensar ese hecho, como comprándole cosas, dejando que haga lo que el niño quiera o siendo demasiado permisiva. Ella se ve como una buena madre, indicando que “no sé… que trabaje por sus hijos y… que les haga estudiar...” son las características que debe tener una madre ideal, las que además son las que la hacen sentir culpable. Por otra parte, piensa que una mala madre es “la que no los ponga a estudiar, y que… que no les importa ¿no?”, estando esta creencia en relación con lo que mencionó antes acerca de sus capacidades.

Ella no se siente distanciada de su hijo, en cambio, se siente preocupada por él y su bienestar. Sin embargo, menciona haberse arrepentido de ser madre por sentirse insuficiente tal como lo menciona al decir “Si ... Porque, como le digo, me siento impotente… no me siento capaz de poder sacarlo adelante,” y porque se le hace muy difícil lidiar con toda la situación y el proceso de crianza.

Madre N° 5:

La madre N°5 manifiesta que su mayor preocupación viene dada por el hecho de que ella no logra llegar a su menor hija y lograr que comprenda lo que le está enseñando, generándole

sentimientos de frustración e ineficacia “Todo bien, solo más que todo nomás que… mi hijita no me entiende, eso que le quiero… no quiere hacer, en eso más que todo, un poco, a veces me hace… me siento cansada”. Al momento de la entrevista, la madre comenzó a llorar, manifestando la frustración que sentía al no poder hacer algo más por la educación de su niña “Me he preocupa… más que todo por mi hijita que no… no podía, este... por sus... por ella más que todo porque no tenía, no…por la cuaren… como veía que no, casi no, le faltaba y no podía”, “a veces por cólera por qué no me toma atención y a veces no me entiende, no me hace caso, y así de cólera si hablo esas… habló de que ‘no estudias’ le… así, de cólera..”. Estos sentimientos observados son manifestaciones del agotamiento abrumador, por la preocupación que siente sobre la educación de su hija y a las limitaciones que tiene debido al bajo nivel académico en el que se encuentra.

Ella no se ve como una buena madre “a veces pienso, pienso que no soy la mejor mamá, no puedo, a veces, a veces sí, a veces.”. Este sentimiento que experimenta es muy recurrente, debido a sus propias limitaciones ha llegado a sentir arrepentimiento por haber sido madre. Por otra parte, en cuanto al contraste sobre su expectativa de lo que es una mala o buena madre, no se logró obtener información, dado que comenzó a llorar en la entrevista que se le realizó siendo necesario darle soporte emocional.

2. Análisis Colectivo

a. Primera categoría: Dinámica familiar

Con relación a los testimonios de las madres que sufren de Burnout Parental, se encontró que el rol que asume el padre dentro de la familia se encuentra ligado básicamente a la labor de proveer económicamente a la misma, asumiendo este papel como el único que le corresponde y sin esperar que intervengan en otros aspectos de la familia. Observamos que las madres, en su mayoría asumen este aporte como el más importante que desempeñan los padres,

excusándolos en algunos casos con frases como “es que está trabajando en una empresa y no tiene tiempo” o “aporta el dinero y bueno… en algunas otras cosas”. En el caso de las madres que señalan que hay un mayor involucramiento, no especifican cuáles son estas funciones, indicando por ejemplo “hay algún trabajo para hacerlo, él ayuda”, atribuyendo esta ayuda que ellos dan ante actividades que las mamás no pueden realizar, como trabajos manuales, etc. como el cumplimiento de su rol de padre.

En cuanto al rol de la madre, este se vio dirigido al aspecto integral del cuidado de los hijos. La mayoría de las madres de familia desempeñan una función de cuidadoras y, en el caso de las madres que trabajan, también una función proveedora. Ellas realizan actividades de acompañamiento educativo que en el contexto de la pandemia es una labor a la que la mayoría le hace énfasis, ya sea que se encuentren o no presentes dentro del hogar. Por otro lado, en cuanto al rol de acompañamiento emocional se encontró que ellas entienden esta labor bajo la premisa del juego, el llevar al parque o el pasar tiempo en familia, función que en su mayoría la realizan para aliviar el estrés de sus hijos dado que se encuentran en casa.

En el apoyo que se puede recibir de un familiar para el cuidado de los hijos mientras los padres no están, o están desempeñando otras actividades, se encontró que en su mayoría quien asume la función del acompañamiento educativo y vigilancia, es el hijo mayor de las familias, cuyas edades fluctúan entre los doce y quince años. Solo en los dos casos donde el niño mayor es muy pequeño o donde no hay más hermanos, esta función pasa a otros adultos como abuelos o la tía, o lo asume inevitablemente la propia madre. Asimismo, también es importante mencionar que, a pesar de apoyarse en los hermanos mayores, algunas madres están pendientes de los hijos, comunicándose mediante llamadas telefónicas o a su regreso a casa revisan y monitorean lo que sucedió mientras no estaban. Solo en un caso se observó que una de las

madres de familia delegó completamente esta labor a su hijo mayor, desligándose de esa responsabilidad.

Esta división de roles entre los géneros que se vio en todas las familias estudiadas, es una muestra de la continuidad de los papeles establecidos desde la antigüedad por la sociedad patriarcal, que indica que el padre es quien provee y la madre quien se encarga de la casa y los hijos, lo que origina que las madres, inmersas en esta mentalidad, no exijan mayor apoyo de sus parejas aunque lo necesiten, asumiéndolo como una normalidad y limitándolas en base a sus características biológicas las que determinan que la mujer debe realizar ciertas acciones para las cuales el hombre supuestamente no está diseñado, como el caso de la intuición maternal en el caso de los hijos.

b. Segunda categoría: Causas del Burnout Parental

Dentro de las causas que consideramos que generan el Burnout Parental están dadas la distribución de las labores en el hogar, los cambios en el estilo de vida, la red de apoyo y el equilibrio entre las responsabilidades familiares y laborales.

Así, en la distribución de las labores en el hogar, esta se da en base a tres aspectos: las labores domésticas, la educación y el cuidado general. En cuanto a las labores domésticas, estuvieron dadas en su mayoría por actividades como cocinar, lavar, ordenar y limpiar y son vistas como competencia exclusiva de la madre, la cual es la única que se encarga de ellas. Solo en un caso se vio que la madre no veía estas labores como una prioridad puesto que trabajaba y según sus palabras “regresaba tarde, como a las ocho, nueve de la noche y tenía que limpiar, ordenar, porque toda mi casa estaba un desastre, porque cuando no está la mamá, nadie ordena”. Acerca de la responsabilidad en la educación de los hijos, las madres la asumen en su totalidad y algunas apoyadas por sus hijos mayores, destinando un tiempo determinado del día a las clases

virtuales, la realización de tareas y la explicación de los temas que lo requieran, de acuerdo a las necesidades de cada niño. Por último, en las labores referidas al cuidado general de los hijos, las madres son las encargadas debido a que pasan mayormente el tiempo con ellos, también se observó que esta actividad está orientada a actividades de recreación de los niños.

Otra de las causas analizadas en el presente estudio, fueron los cambios en el estilo de vida a raíz del confinamiento impuesto por el Gobierno por la pandemia del COVID-19, la cual afectó en diferentes ámbitos a la población. Solo una de las madres manifestó verse afectada en el ámbito económico y de salud, puesto que, al tener un niño con labio leporino, requería de una operación la cual fue postergada por la pandemia, además que vio afectados los recursos necesarios para las terapias y los viajes a Arequipa, ciudad donde recibe sus tratamientos. Las demás madres no se refirieron a este aspecto. Del mismo modo, sólo una madre de familia demostró afectación emocional al sentirse angustiada por el futuro, ello como consecuencia de enterarse de la muerte de conocidos suyos. Un aspecto en el que todas las madres concordaron fue en la preocupación por la educación de los menores, dado que sienten que sus niños no están avanzando lo suficiente y ello, sobretodo, con los hijos que se encuentran próximos a cambiar de ciclo escolar, como es el caso de los niños de 5 años. Si bien no todas se encargan en exclusividad de esta responsabilidad, todas se encuentran preocupadas.

Otro aspecto a considerar es la red de apoyo que pueden tener las mamás, la cual puede constituirse de forma positiva aliviando la carga de la maternidad. Sin embargo, como se vio en un caso, al perder una de las madres este soporte externo con la muerte de su hermano, ella sufrió una fuerte afectación emocional. Por otro lado, si bien esta red de apoyo puede brindar a las madres ayuda en cuanto al cuidado de los niños, también puede generar en ellas malestar cuando es esta red la que critica, juzga o reclama a las madres, como se observó con una de ellas, la misma que menciona “la presión de mis papás, de hazle esto, haz aquello… mi

hermana, mi papá, así me regañan mucho… me regañan mucho, me hablan mucho". Pero también, se encontró el caso en que una madre, por propia elección, no entabla relaciones sociales con personas fuera de su familia, por lo cual no cuenta con quien apoyarse.

Finalmente, la última causa a analizar es el equilibrio entre las responsabilidades familiares y laborales. Si bien algunas madres no trabajaban fuera del hogar, al enfocarnos en las que sí lo hacían encontramos que, a pesar de no encontrarse en el hogar, tienen siempre presente a sus hijos, comunicándose constantemente y manteniéndose vigilantes, además, a pesar de encontrarse cansadas, procuran realizar las actividades domésticas antes de dejar el hogar o al llegar al mismo.

c. Tercera categoría: Consecuencias del Burnout Parental

Al ser el Burnout un síndrome de estrés profundo este afecta la salud física y psicológica de las madres. Así, ellas manifiestan sentir dolores de cabeza, dolor de espalda y trastornos del sueño los cuales son síntomas físicos producidos por el estrés. Otra de las consecuencias está dada en base a la salud psicológica, generando estados de ansiedad y depresión en el cual las madres llegan al punto de la preocupación y el llanto, así como de irritabilidad.

Es precisamente esta irritabilidad la que genera conflictos dentro del hogar, siendo una de las partes afectadas la relación de pareja, puesto que las madres les reclaman un mayor involucramiento y apoyo, como se observa al escucharlas decir "Él viene cansado, 'yo también llego cansada' le digo, a veces, de ahí discutimos, así". Por otro lado, también ocasiona conflictos con los hijos puesto que pierden la paciencia muy fácilmente "Osea… doy a… conocer mi molestia, a veces, cuando ya no… digamos, no puedo más... Ahí ya cómo que me pongo un poco… estoy un poco, así como que enojada y ya pues, entonces, todos ya ¿no? me ven, mi esposo, mis hijos, ya saben que estoy molesta". Y finalmente, algunas pueden

reaccionar con violencia cuando sienten que han llegado a su límite, manifestando “a veces no sé me altero y les grito. A veces cuando me hace renegar les doy pues sus cueras”.

Como podemos observar, muchas de las características encontradas se podrían asociar con las consecuencias de un episodio de estrés, sin embargo, si analizamos estas madres de familia han llegado a un agotamiento físico, emocional y mental vinculado con su ámbito familiar, el cual se ha vuelto crónico y ha sobrepasado los límites que ellas podían manejar. No solo se afecta su salud física y mental, sino sus relaciones intrafamiliares, especialmente la relación con sus hijos.

d. Cuarta categoría: Dimensiones del Burnout Parental

Dentro de las características de este síndrome está el agotamiento abrumador, el cual engloba el cansancio, la frustración y la impotencia, sensaciones reconocidas por la mayoría de las madres como constantes o eventuales dentro de la crianza. Por ejemplo, en cuanto a la frustración manifestaron ideas como “A veces me siento muy sola porque mi esposo no me ayuda”, y “A veces por cólera por qué no me toma atención y a veces no me entiende, no me hace caso”. Otro aspecto que se notó fue la impotencia, la cual se origina desde diferentes situaciones como son: la salud de un hijo “Además que mi hijo es diferente, más difícil para mí es, es difícil de verdad”, las características de la personalidad de la propia madre “A veces quiero yo abarcarlo todo, quiero hacerlo yo todo, y como no lo puedo hacer, ahí es donde… como que me siento impotente que no, no puedo hacerlo yo sola todo, entonces…estoy enojada, amargada, molesta”, su falta de preparación “A veces, no, siento que no estoy… que no me entiende…”, o el deseo de evitar más conflictos “Ya no le digo nada para no hacer problemas, para que no escuchen mis hijos, así, ya no le digo nada, yo me aguanto y ya nomás”. Si bien, el contexto y las circunstancias de la vida de cada una son diferentes, todas se encuentran agotadas

y cansadas emocionalmente, fatigadas y frustradas con la situación que atraviesan, las exigencias que las rodean y los ideales que quieren alcanzar.

Por otro lado, en cuanto al contraste que tiene cada una de las madres de la presente investigación con su propia imagen, se observó la existencia de sentimientos de culpa e ineficacia, los cuales tienen un diferente origen en cada una de ellas. Así, una tiene sentimientos de culpa debido a las reacciones agresivas que tiene en ciertos momentos, otra siente culpa al compararse con otras madres, y otra madre se siente culpable por ser la causa de que su hijo esté sufriendo, pues se siente responsable de que el menor haya nacido con labio leporino y que no haya podido operarse hasta el momento. Se vio que a pesar de los diferentes motivos por los que sienten culpa, estos sentimientos están ligados a la ineficacia que experimentan como madres por no poder darles a sus hijos lo que necesitan, sea muestras de cariño más habituales o tratamientos médicos. Otro punto en el que algunas madres concuerdan al sentirse ineficaces, es el de no poder enseñar de manera adecuada a sus hijos, ya sea porque no logran hacerse entender o porque sienten que no tienen la capacidad de hacerlo, situación que se dio al tener que realizar el acompañamiento educativo en casa, mencionando por ejemplo “Más que todo porque veo que a veces no se puede enseñar, ay es difícil enseñar, la verdad, en eso si me he… he sentido eso”.

Este contraste de la imagen de madre que ellas tienen también se vio en su percepción de lo que es una buena madre y una mala madre, observándose que lo que ellas consideran que es una buena madre es precisamente aquello en lo que ellas mencionan haber fallado o que necesitan compensar; mientras que su percepción de malas madres está ligado a las situaciones en las que ellas sienten culpa, denotando aquello que sienten que les falta. Siendo esta una respuesta que da la madre cuando percibe la diferencia entre sus propios ideales de la maternidad y la realidad en la que vive. Cabe mencionar que para este punto solo se tomó en

cuenta el testimonio de tres madres de familia, dado que a la madre N° 5 la entrevista se le comenzó a dificultar, y la madre N° 3 ha delegado su responsabilidad y no considera esa situación como una dificultad o falla, si no por el contrario lo ve como algo normal, por lo que no siente culpa.

Respecto al distanciamiento emocional que sienten las madres con sus hijos, la mayoría mostró sentirse interesada por sus hijos a nivel personal, porque creen que es importante saber cómo se sienten y hablar con ellos, no sólo como parte de la rutina. Sin embargo, la madre N° 1 reconoció que hubo un episodio, mientras su hermano estaba en el hospital, en que se desligó completamente de sus hijos, observándose un abandono físico y emocional temporal hacia ellos puesto que se centró solo en su hermano, quien era su soporte emocional. Ella reconoce haber pensado "'No me importa mis hijos' decía, 'lo que sea, la cosa es que mi hermano yo quisiera que se salve'". En el caso de la madre N° 3, si podemos notar un distanciamiento emocional bastante notorio con sus hijos, puesto que, si bien se encarga de su cuidado básico, no se involucra en ningún otro aspecto de su desarrollo. Así, el distanciamiento emocional no es una característica muy común incluso entre las madres que sufren de Burnout Parental, dándose sólo en los casos y por las circunstancias más extremas, puesto que a diferencia del Burnout laboral en que uno puede renunciar al trabajo, las madres no pueden simplemente renunciar a sus hijos.

Finalmente, en cuanto a la saturación y pérdida del placer por la crianza, cabe indicar que ninguna de las madres del estudio mencionó destinar tiempo durante el día para ellas mismas, lo que las lleva a sentirse saturadas y agotadas, porque su vida gira alrededor de las demandas de su familia, olvidándose de ellas mismas. Estas exigencias pueden quitarle la satisfacción emocional de pasar tiempo con sus hijos y llevarlas a sentirlo como una obligación que deben cumplir. Así, se observó que las tres madres que tuvieron hijos de otro compromiso y que por

diversos factores externos se encontraron criándolos solas han sentido arrepentimiento de haber sido madres, viéndose que en dos de los casos fue debido a la falta de apoyo que recibieron, no solo de su anterior compromiso sino incluso de su actual pareja, y en el otro caso este sentimiento de arrepentimiento fue originado por la enfermedad congénita con la que nació su menor hijo, situación que ocasionó que la mamá reconozca "no me siento capaz de poder sacarlo adelante". Estos pensamientos, sin embargo, no son compartidos con otras personas por miedo a que asuman que no aman a sus hijos, pero todas manifiestan quererlos y que estas ideas fueron momentáneas. Lo cierto es que la sociedad juzga a las mujeres que no quieren ser madres y aún más a las que se arrepienten de serlo.

DISCUSIÓN

El síndrome de Burnout Parental es un fenómeno que, a pesar de haber estado siempre presente, ha comenzado a estudiarse recién desde el año 2017 y ha hallado gran importancia en el interés público a partir de la situación originada por la cuarentena establecida por la pandemia del Covid-19, por el incremento en el tiempo que los padres pasan con sus hijos y las responsabilidades nuevas que tienen a su cargo, lo que ha provocado que cada vez más padres se sientan agobiados y sufran de este síndrome poco estudiado.

Si bien el origen de los estudios relacionados a este síndrome se dio en Europa, las dificultades de la crianza son un asunto global, por lo que es necesario conocer la forma en la que se da en diferentes contextos y realidades, y las diferencias en cuanto a sus factores de riesgo y las consecuencias que puede desencadenar. Así, el contexto de nuestra investigación se dio en la localidad de El Pedregal, una zona rural-urbana ubicada en la provincia de Caylloma del departamento de Arequipa, la cual está formada principalmente por familias migrantes que llegaron desde ciudades como Cuzco, Juliaca, Puno e incluso desde el centro de Arequipa.

Nuestra muestra estuvo compuesta por cinco madres, las cuales dieron positivo a sufrir de Burnout Parental, siendo evaluadas a través del PBA (Parental Burnout Assessment), y las que comparten como características comunes ser madres de familia, en el nivel educativo, tienen entre primaria y secundaria completa, y en uno de los casos educación técnica; mientras que la mayoría se dedica al trabajo en el campo y tienen familias reconstituidas. Además, cabe resaltar que al ser El Pedregal una zona rural, el machismo y los roles de género están bastante asentados dentro de la comunidad, siendo uno de los factores que tomaron relevancia en nuestra investigación.

Al comenzar con la evaluación para establecer la muestra y hacer algunas preguntas establecidas en el test que las madres sintieron un poco personales, nos dimos cuenta que uno de los factores que debíamos superar era la reticencia de las madres a hablar de aspectos que consideraban “algo que no se hace”, como admitir estar cansadas de pasar tiempo con sus hijos. Por lo que la entrevistadora tuvo que hacer entender a las madres que sus respuestas eran válidas y que no se prestaban a prejuicio alguno sobre la calidad de madres que eran, ni a la labor que realizan día a día. De la misma forma, durante algunas de las entrevistas se tuvo que nuevamente brindar soporte emocional y resaltar sus cualidades, haciéndoles entender que el trabajo en casa es arduo y que las entendemos y comprendemos. Esto se debe al estereotipo de la madre sacrificada, la imagen idealizada de la madre que no les permite abrirse al respecto de sus dudas, frustraciones, molestias y sentimientos considerados negativos, los cuales, al tenerlos en constante negación les generan conflictos con su autoimagen y la idea de la madre ideal, lo cual se vio reflejado en dos madres de familia que llegaron al llanto cuando al encontrar un ambiente de confianza pudieron contar sus experiencias y desahogarse.

Al analizar los resultados que obtuvimos de las entrevistas nos dimos cuenta de aspectos relevantes que no habíamos considerado al inicio de nuestra investigación. Uno de ellos se dio al enfocarnos en la dinámica familiar y los roles que se asignan dentro de la familia. Si bien esperábamos que la división de roles de acuerdo al género jugará un papel importante en el contexto estudiado, la separación de los papeles que cada padre desempeña estaba más marcada de lo esperado. El padre cumple únicamente un rol proveedor sin esperarse que apoye de forma más continua, puesto que no se ve como una de sus responsabilidades inherentes a su papel dentro de la familia, sino sólo como un apoyo a la madre y esta solicitud de ayuda es una excepción que realizan algunas de las madres al no poder realizar determinadas actividades y no algo usual, las que incluso excusan a sus parejas por el hecho de que están trabajando. Mientras tanto, el rol de la madre es encargarse por completo de la casa y de los hijos,

asumiéndose que solo ella tiene la obligación de realizar las labores domésticas y el apoyo educativo en las clases virtuales y la realización de tareas, función que fue asumida a raíz de la cuarentena y que es un motivo de preocupación para todas.

Por otro lado, algo que no habíamos considerado es el rol que cumple el hijo mayor de cada familia en el acompañamiento a sus hermanos menores. En el caso de las madres que trabajan, son los hijos mayores los que se transforman en cuidadores de sus hermanos menores, siendo responsables no solo de su bienestar sino de apoyarlos en sus clases y tareas. Una de las posibles razones puede ser la naturaleza migrante de las familias, ya que en las ciudades esta labor suele apoyarse en familiares de segundo grado, como abuelos o tíos, contexto que no es parte de la realidad de las familias de dicha localidad, dado que al haberse trasladado lejos de su lugar de origen no cuentan con familiares cercanos que puedan apoyarlos. Otra posible causa puede ser que los otros familiares se dediquen también al trabajo en el campo, por lo que no cuentan con la disposición de tiempo. Ello provoca una parentalización en los hijos mayores, asumiendo funciones que no les corresponden y que pueden alterar su desarrollo socioemocional. Esta situación se ha estudiado muy poco en el ámbito local, regional y nacional, centrándose en estudios de caso más no en estudios representativos. Un estudio desarrollado también en un ámbito rural fue llevado a cabo por Manrique Canchari y Macha Guerra (2021), quienes realizaron una investigación cualitativa de corte fenomenológico, entrevistando a siete niños de ambos sexos del centro poblado de Chala Nueva, distrito de San José de Quero, Concepción, Junín. Su investigación dio a conocer que mientras los padres se desplazan a las ferias locales o a las zonas reservadas para actividades agropecuarias, las cuales son el sustento de las familias, estos dejan a sus hijos, especialmente las mujeres, a cargo de tareas normalmente reservadas para adultos, como el cuidado de sus hermanos menores, asistencia a la escuela, cuidado de animales, etc.; lo cual comprometía el desenvolvimiento escolar y vulneraba los derechos de esos menores.

De igual modo, un estudio llevado a cabo en Nicaragua en el que se explora la situación de los niños-cuidadores en las zonas pobres de León (Dahlblom et al., 2009) expuso que muchos de los niños que se quedan a cargo de sus hermanos mientras sus padres trabajan, se sienten orgullosos de contribuir al desarrollo familiar, sin embargo, en el transcurso de la vida muchos de ellos pueden verse afectados al dejar sus estudios y perder oportunidades de desarrollo.

Por otro lado, se observó que existen diversas causas que generan el Burnout Parental, y si bien la más común es la sobrecarga de labores en el hogar y el poco apoyo que reciben de sus parejas, también se encontró que existen otras causas que pueden agravar este síndrome como son las características de la personalidad, lo que se vio en una de ellas, la cual manifiesta ser inconforme y con tendencia al perfeccionismo; las limitaciones personales como el bajo nivel educativo de la madre y en otro de los casos, la fuente de preocupación es la enfermedad congénita del hijo. Esto discrepa con una investigación realizada en Bélgica, en la cual los factores que influyeron con mayor peso fueron los rasgos estables de los padres, la forma de la paternidad y la funcionabilidad de la familia, por encima de los factores socio-demográficos y las particularidades de los niños (Mikolajczak et al., 2018). Esta discrepancia puede deberse a la diferencia de los contextos sociales entre ambos grupos estudiados.

Otro aspecto importante fue descubrir que el periodo de aislamiento social no les afectó como se pensaba, sino fue la preocupación por los estudios y las clases virtuales lo que generó estrés en las madres y ansiedad por el futuro de sus hijos, además de que la mayoría de las familias no contaban con una red de apoyo familiar que les aliviara la carga de la maternidad al quedarse los niños en casa, o en el caso de las madres que trabajan, debían equilibrar ambas responsabilidades.

En cuanto al análisis de las consecuencias, las madres compartieron la presencia de síntomas físicos relacionados con el estrés, como dolor de cabeza y espalda; de la ansiedad como

problemas de sueño, y también cansancio e irritabilidad, lo que llevó en algunos casos a conflictos de pareja, o con los hijos. En muchos casos, los conflictos con los hijos las llevan a perder la paciencia y desquitar su ira con ellos, llegando incluso a castigos físicos. Esto concuerda con el estudio hecho por Mikolajczak y otros (2019), en el que encontró que el Burnout puede generar ideas escapistas en los padres, además de episodios de negligencia infantil o violencia parental.

Las dimensiones que abarca el Burnout Parental son: el agotamiento abrumador, el cual en el presente estudio se vio reflejado en el cansancio constante que sienten las madres por sus responsabilidades; y la frustración e impotencia que les genera que las exigencias de su contexto superen sus capacidades. En cuanto al contraste con su imagen de madre, esto trajo consigo un escenario no esperado, como fue notar la relación existente entre la imagen que tienen de una madre ideal con aquello en lo que ellas sienten que fallan, de igual forma, al hablar de la imagen de la mala madre, esta se relaciona con las acciones admitidas que las hicieron sentir culpables, puesto que sienten que están fallando en cumplir con sus obligaciones o darles a sus hijos lo que sienten que deberían.

Si bien una de las características que definen el Burnout Parental es el distanciamiento emocional de los hijos, nosotras no encontramos esta característica como algo común de las madres, puesto que todas manifiestan algún grado de interés en el bienestar no solo físico, sino emocional de sus hijos, resaltando la necesidad de hablar con ellos y saber cómo se sienten. Si bien la mayoría de ellas manifiesta este interés genuino por sus hijos y no lo ven como parte de una rutina, sino como algo que les nace a ellas como madres, también se observó que tienen sentimientos no expresados de desinterés, los cuales son frenados por los prejuicios y el miedo a fallar como madre, por esa razón, a pesar de tener ideas como “por este momento basta, quiero un poco de paz” o “estoy cansada, déjenme un momento” continúan cuidando de sus hijos. Solo

se notó que las madres llegaron a un punto de desinterés hacia ellos en situaciones y circunstancias que las llevaron al límite de sobrepasar sus capacidades.

Finalmente, en cuanto a la saturación y la pérdida del placer por la crianza, notamos que ninguna de las madres destina tiempo para sí misma, lo que las satura emocionalmente y no tienen una fuente de distracción de la vida familiar por estar inmersas únicamente en las necesidades de su familia. Además, el tiempo que pasan con sus hijos ya no es algo agradable, sino una responsabilidad que deben cumplir y que las puede llevar a tener ideas como arrepentirse de haber sido madres por todas las exigencias y demandas que implica el proceso de crianza.

CONCLUSIONES

En nuestra investigación realizada a madres de familia de una institución educativa inicial pública con el objetivo de conocer la forma en que experimentan el Burnout Parental, pudimos llegar a las siguientes conclusiones:

PRIMERA: El Burnout Parental es un síndrome multicausal originado cuando la madre se encuentra expuesta de manera continua a demandas que superan sus capacidades, padeciendo un estrés crónico que la lleva a un desajuste continuo debido a las exigencias excesivas de su papel en la crianza de sus hijos, lo que supera sus recursos de afrontamiento para lidiar con el estrés, los sentimientos de culpa e ineficacia que como madre puede experimentar.

SEGUNDA: La dinámica parental establecida en los hogares está muy marcada por la separación de roles de acuerdo al género. El padre cumple una función principalmente proveedora y de apoyo que suele ser ocasional, mientras que la madre debe hacerse cargo del cuidado de la casa y de los hijos, incluyendo su educación, sin tener la ayuda constante de su pareja, por lo cual regularmente se apoyan en su hijo mayor al que le delegan funciones de cuidado de sus hermanos menores.

TERCERA: Entre las causas que originan el Burnout Parental en las madres de familia, se encuentran la sobrecarga de las labores a su cargo y la falta de apoyo, los rasgos de su personalidad que pueden afectar la forma en la que lidian con la presión y el estrés, las condiciones sociales como la necesidad de trabajo que las obliga a distribuir su tiempo entre su hogar y sus responsabilidades laborales, las limitaciones personales como la falta de preparación académica que les permita apoyar a sus hijos en sus estudios, o las necesidades especiales de sus hijos, como es el caso de enfermedades congénitas que requieren tratamientos y disponibilidad de tiempo que ellas a veces no tienen.

CUARTA: Entre las consecuencias que este síndrome genera en las madres se encuentran afectaciones a la salud física, como dolores de cabeza y espalda, además problemas en la salud psicológica como ansiedad, expresada en problemas para dormir, depresión o irritabilidad, los cuales a su vez predisponen a conflictos en el ámbito familiar, tanto con la pareja como con los hijos, llegando a mostrar episodios de violencia.

QUINTA: Las dimensiones evaluadas del Burnout Parental mostraron que el agotamiento abrumador es una constante en las madres, expresado en cansancio, frustración e impotencia que devienen de la falta de apoyo o soluciones a su situación; y el contraste con la imagen de la madre que desean ser las hace sentirse culpables e ineficaces, teniendo una imagen de lo que consideran una buena madre que se contrapone con lo que ellas ven como sus carencias en la crianza. En cuanto al distanciamiento emocional, si bien las madres expresaron estar interesadas a nivel personal por comunicarse con sus hijos y saber cómo se sienten, se notó dificultad en ellas a reconocer que por momentos quieren alejarse y tener un momento personal. En el caso de la saturación y la pérdida de placer por la crianza, manifestaron dedicarle su tiempo a su hogar y sus hijos sin que quede un momento libre para ellas y, en el caso de las madres que tuvieron hijos de otro compromiso, reconocieron haber sentido arrepentimiento de ser madres por las dificultades que les ocasionó tener que encargarse sola de sus niños.

SUGERENCIAS

PRIMERA: Se recomienda que se brinden mayores oportunidades de desarrollo e implementación a las investigaciones cualitativas, las cuales generan un tipo único de conocimiento y literatura, puesto que al estar ambientadas en un contexto real y profundizar en las características de las personas mediante la comunicación personal y abierta, puede dar luz al origen y la forma en que son vistos ciertos fenómenos por sus participantes, yendo más allá de las relaciones causales o relacionales de los mismos.

SEGUNDA: Implementar centros de salud comunitarios en las localidades fuera de la ciudad que faciliten a los pobladores, en especial a las madres, recibir ayuda y atención psicológica que les permitan tener mejores recursos para lidiar con las características y factores de riesgo del Burnout Parental. En ese sentido, también se debe investigar las condiciones migratorias y su influencia en la familia, debido a que muchas localidades comparten características parecidas a la de la presente investigación y se debe obtener información que contribuya al entendimiento del comportamiento social de dichas poblaciones

TERCERA: Uno de los aspectos que asumió relevancia en la investigación fue la influencia del machismo y la separación de roles por género en la situación que atraviesan muchas familias, por lo que se deben implementar programas sociales destinados a cerrar esta brecha entre los sexos y que les ayuden a comprender que la responsabilidad de la crianza de los hijos les corresponde a ambos padres, propiciando un ambiente de igualdad de oportunidades y condiciones para ambos padres.

CUARTA: Investigar a profundidad el tema de la parentalización de los hijos mayores, tema poco tratado en el ámbito local, regional o nacional, con el fin de observar las consecuencias a las que puede llevar a corto, mediano y largo plazo en los menores y si los afecta a nivel físico,

psicológico o social. También se deben investigar las diferencias entre los contextos urbano y rural, las cuales tienen características de crianza distintas.

QUINTA: Realiza escuelas de padres y charlas a nivel educativo, en el que se traten los temas de la distribución de labores en el hogar, la función que deben desarrollar los miembros de la familia y, además, se combata la imagen romantizada de la madre y los prejuicios acerca de lo que deben y no sentir, haciéndoles comprender que los sentimientos y pensamientos que tienen son naturales y válidos.

SEXTA: Brindar espacios de comunicación, como grupos de apoyo a la maternidad, que permita a las madres hablar de forma honesta y abierta acerca de las dificultades que encuentran como madres, recibiendo apoyo emocional y retroalimentación, sin sentirse juzgadas por la forma en que la sociedad les exige comportarse.

.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Aguayo, F., Barker, G. y Kimelman, E. (2016). Paternidad y Cuidado en América Latina: Ausencias, Presencias y Transformaciones. *Masculinities and Social Change,* 5(2), 98-106. http://doi.org/10.17583/MCS.2016.2140

Alizade, M. (2005). *Adiós a la sangre. Reflexiones psicoanalíticas sobre la menopausia.* Buenos Aires: Lumen.

Alonso, M. (26 de agosto de 2019). *¿Burnout Parental?* Psyciencia. https://www.psyciencia.com/burnout-parental/

Amarís, M. (2004). Roles parentales y el trabajo fuera del hogar. *Psicología desde el Caribe*, (13), 15-28. https://www.redalyc.org/pdf/213/21301303.pdf

Aro, A. (2019). *El estrés de los padres de familia y las emociones de los niños y niñas*. [Tesis para optar el título de Licenciada en Educación Inicial, UNA, Puno]. http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/11631/Aro_Guevara_Ana_Belen.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Arotoma, C. (2019) *Estrés parental en madres de niños usuarios del servicio "control de crecimiento y desarrollo" en el Centro de Salud Chilca-Huancayo.* [Tesis para optar el título de Licenciada en Psicología, Universidad Continental]. https://hdl.handle.net/20.500.12394/7002

Badinter, E. (1991). *¿Existe el instinto maternal? Historia del amor maternal*. Barcelona: Nova-Grafik.

Bretel, C. (2017). *Representaciones mentales sobre la maternidad en un grupo de madres*

primerizas de Lima Metropolitana. [Tesis para optar por el Título Profesional de Psicóloga, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. http://hdl.handle.net/10757/622077

Capano, Á. y Ubach, A. (2013). Estilos parentales, parentalidad positiva y formación de padres. *Ciencias Psicológicas*, 7(1), 83-95.

Córdova, M. (29 de enero de 2021). *Burnout Parental: el síndrome que se agudizó durante la pandemia*. La Tercera. https://www.latercera.com/tendencias/noticia/burnout-parental-el-sindrome-que-se-agudizo-durante-la-pandemia/I7HZQR7PXFH3BCSFKVJC52KVNQ/

Cruz, A. y Hernández, M. (2012). *Dinámica parental en la discapacidad motriz de un miembro de la familia, en el centro de atención múltiple*. [Tesis para optar el título de Licenciado en Psicología, UNICACH]. https://repositorio.unicach.mx/handle/20.500.12753/2092

Dahlblom, K., Rodriguez, A., Peña, R. y Dahlgren, L. (2009). Home Alone: Children as Caretakers in León, Nicaragua. *Children & Society* (23), 43–56. **https://doi.org/10.1111/j.1099-0860.2008.00141.x**

Díaz Bambula, F. y Carolina Gómez, I. (2016). La investigación sobre el Síndrome de Burnout en Latinoamérica entre 2000 y el 2010. *Psicología Desde El Caribe*, *33*(1), 113–131. https://doi.org/10.14482/psdc.33.1.8065

Fernández, I., Amarís, M. y Camacho, R. (2000). El rol del padre en las familias con madres que trabajan fuera del hogar. *Psicología desde el Caribe*, (5), 157-175. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21300507

Fontes, M. (20 de septiembre de 2018) *Dinámica familiar*. Enciclopedia temática Knoow.

https://knoow.net/es/ciencias-sociales-humanas/psicologia-es/dinamica-familiar/#:~:text=La%20din%C3%A1mica%20familiar%20se%20refiere,y%20relaciones%20entre%20los%20miembros.

Forbes, R. (2011) El síndrome de burnout: síntomas, causas y medidas de atención. *Éxito empresarial*, 160.

García, K. y Huamán, M. (2020). *Efecto de un Programa de Intervención en Competencias Parentales en padres y madres de una institución educativa pre escolar de Lima*. [Tesis para optar por el título profesional de Licenciada en Psicología, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. http://hdl.handle.net/10757/650451

Gómez, V. y Jiménez, A. (2015). Corresponsabilidad familiar y el equilibrio trabajo- familia: medios para mejorar la equidad de género. *Polis (Santiago)*, 14(40), 377-396. https://dx.doi.org/10.4067/S0718-65682015000100018.

González, F. (2009). Familia y tareas domésticas. *Campo Abierto*, 28(1), 35-52.

González, J. A.; González, S. A. y Quiroga, N. (2017). Las madres y su rol educador: una experiencia de cambio desde la educación popular. *Infancias Imágenes*, 16(1), 25-42. DOI: 10.14483/16579089.10751

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista P. (2010) *Metodología de la Investigación*. McGraw-Hill.

Herrera, P. (2000). Rol de género y funcionamiento familiar. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16(6), 568-573. http://scielo.sld.cu/pdf/mgi/v16n6/mgi08600.pdf

Huerta, A. (2014) *Diccionario de Psicología Clínica*.

Instituto Nacional de Estadística e Informática (2017). *Tipos de Hogar y Ciclos de Vida 2017*. https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1711/

Instituto Nacional de las Mujeres (2015) *Cómo funcionan las redes de apoyo familiar y social en México.* Gobierno de la República de México. http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/101244.pdf

Izquierdo, L. y Zicavo, N. (2015). Nuevos padres: construcción del rol paternal en hombres que participan activamente en la crianza de los hijos. *Revista De Investigación En Psicología*, 18(2), 33–55. https://doi.org/10.15381/rinvp.v18i2.12082

Manrique, A. y Macha, L. M. (2021). Transferencia del rol paterno a hijos (parentalización) en el Centro Poblado de Chala Nueva - San José de Quero. *Socialium*, 5(1), 196-206. https://doi.org/10.26490/uncp.sl.2021.5.1.630

Marquina, R. (2020). Autopercepción del estrés en aislamiento social en tiempos de covid-19. *Revista Conciencia EPG, 5*(1) 83-97. https://doi.org/10.32654/CONCIENCIAEPG.5-1.6

Medellín, M., Rivera, M., López, J., Kanán, G. y Rodríguez, A. (2012). Funcionamiento familiar y su relación con las redes de apoyo social en una muestra de Morelia, México. *Salud mental*, 35(2), 147-154. http://www.scielo.org.mx/pdf/sm/v35n2/v35n2a8.pdf

Mikolajczak, M., Gross, J. J. y Roskam, I. (2019). Parental Burnout: What Is It, and Why Does It Matter? *Clinical Psychological Science*, *7*(6), 1319–1329. https://doi.org/10.1177/2167702619858430

Mikolajczak, M., Raes, M. E., Avalosse, H. y Roskam, I. (2018). Exhausted Parents: Sociodemographic, Child-Related, Parent-Related, Parenting and Family-Functioning

Correlates of Parental Burnout. *Journal of Child and Family Studies*, *27*(2), 602–614. https://doi.org/10.1007/s10826-017-0892-4

Mikolajczak, M. y Roskam, I. (2020). Parental burnout: Moving the focus from children to parents. *New Directions for Child and Adolescent Development*, *2020*(174), 7–13. https://doi.org/10.1002/cad.20376

Ministerio de la Mujer y Desarrollo Social (2008) *Plan Nacional de Apoyo a la Familia 2004-2011: Versión Completa*. Decreto Supremo N° 005-2004-MIMDES

Montes, J. (2007). *Las culturas del nacimiento. Representaciones y prácticas de las mujeres gestantes, comadronas y médicos.* Universitat Rovira I Virgili. http://hdl.handle.net/10803/8421

Nóblega, M., Vera, A., Gutiérrez, G. y Otiniano, F. (2018). *Criterios Homologados de Investigación en Psicología (CHIP) Investigaciones Cualitativas.* Departamento de Psicología. Pontificia Universidad Católica del Perú.

Organización Mundial de la Salud (1998). Promoción de la Salud: Glosario. *Ministerio de Sanidad y Consumo*, 36. http://www.msssi.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/docs/glosario.pdf

Olavarría, J. (2001). *¿Hombres a la deriva? Poder trabajo y sexo*. Santiago: FLACSO-Chile. https://biblio.flacsoandes.edu.ec/catalog/resGet.php?resId=53415

Pariente, E. (1 de junio de 2020) *Qué es el "burnout" o agotamiento parental y cómo se puede detectar*. La Tercera. https://www.latercera.com/paula/noticia/que-es-el-burnout-o-agotamiento-parental-y-como-se-puede-etectar/A25GY7CGWRGQPNC3NPDJ2O2I6M/

Pérez-Díaz, P. A. y Oyarce, D. (2020). Burnout parental en Chile y género: un modelo para comprender el burnout en madres chilenas. *Revista de Psicología*, *29*(1), 1–14. https://doi.org/10.5354/0719-0581.2020.57987

Piraino, C. (2021). *Burnout parental en contexto de crisis sociosanitaria y su relación con el maltrato y la negligencia parental*. [Tesis para Magister en Psicología Clínica, Pontificia Universidad Católica de Chile]. **https://repositorio.uc.cl/handle/11534/52706**

Riquelme, E., Rojas, A. y Jiménez, A. (2012). Equilibrio trabajo-familia, apoyo familiar, autoeficacia parental y funcionamiento familiar percibidos por funcionarios públicos de Chile. *Trabajo y Sociedad*, XVI(18), 203-215. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=387334690013

Roskam, I., Brianda, M. E. y Mikolajczak, M. (2018). A step forward in the conceptualization and measurement of parental burnout: The Parental Burnout Assessment (PBA). *Frontiers in Psychology*, *9*(JUN), 1–12. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00758

Roskam, I. y Mikolajczak, M. (2020). Gender Differences in the Nature, Antecedents and Consequences of Parental Burnout. *Sex Roles*, *83*(7–8), 485–498. https://doi.org/10.1007/s11199-020-01121-5

Roskam, I. y Mikolajczak, M. (2021) *Parental Burnout.* https://en.burnoutparental.com/

Roskam, I., Raes, M.-E. y Mikolajczak, M. (2017). Exhausted parents: Development and preliminary validation of the Parental Burnout Inventory. *Frontiers in Psychology*, *8*(FEB), 1–12. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00163

Sahuquillo, P., Ramos, G., Pérez, A. y Camino de Salinas, A. (2016). Las competencias parentales en el ámbito de la identificación/evaluación de las altas capacidades.

Profesorado. Revista de Currículum y Formación de Profesorado, 20(2), 200-217. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56746946011

Sallés, C. y Ger, S. (2011). Las competencias parentales en la familia contemporánea: descripción, promoción y evaluación. *Educación social: Revista de intervención socioeducativa*, 49, 25-47. https://core.ac.uk/download/pdf/39107518.pdf

Sánchez, G. (2015). *Cuestionario de estrés parental: características psicométricas y análisis comparativo del estrés parental en padres de familia con hijos e hijas de 0 a 3 años de edad de Lima moderna*. [Tesis para optar el título de Licenciada en Psicología, Universidad de Lima]. **http://doi.org/10.26439/ulima.tesis/3384**

Tacca, D., Alva, M. A. y Chire, F. (2020). Estrés parental y las actitudes de las madres solteras hacia la relación con los hijos. *Revista de Investigación Psicológica*, 23, 45-62. https://hdl.handle.net/20.500.12867/3056

Torres, C., Romo, N. y Gil, E. (2014). Influencia de las creencias androcéntricas en la vivencia de la maternidad en mujeres de una comarca rural. *Revista científica de enfermería*, 9. https://doi.org/10.14198/recien.2014.9.04

Vilela, M. G. (2020). *Experiencia subjetiva de maternidad en mujeres trabajadoras*. [Tesis para optar el título de Licenciada en Psicología, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas] http://hdl.handle.net/10757/650449

ANEXOS

- Hoja de Respuestas del PBA
- Entrevista Semiestructurada
- Consentimientos informados
- Hojas de Respuesta de las madres
- Matriz de Calificación del PBA
- Transcripciones de las Entrevistas
- Cuadro de Codificación Abierta
- Cuadro de Codificación Axial

Spanish version of the Parental Burnout Assessment (PBA)

Original version: Roskam, Brianda & Mikolajczak, 2018;
https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2018.00758/full)

Validated version: Denisse Manrique-Millones (Universidad San Martín de Porres, Perú), Ricardo T. Ricci (Universidad Nacional de Tucumán, Argentina), Milagros Abregu Rey (Universidad Nacional de Tucumán, Argentina), Daniela Oyarce (Universidad Adolfo Ibáñez, Chile), Pablo Pérez-Diaz (Universidad Austral de Chile, Chile), María Josefina Escobar (Universidad Adolfo Ibañez, Chile), María Pía Santelices (Pontificia Universidad Católica de Chile, Chile), Javier Tapia (Universidad de Costa Rica, Costa Rica), Mariana Artavia (Universidad de Costa Rica, Costa Rica), Maday Valdés Pacheco (Universidad de la Habana, Cuba), María Isabel Miranda (Pontificia Universidad Católica de Ecuador, Ecuador), Raquel Sánchez Rodríguez (Université de Toulouse, France), Clara Isabel Morgades-Bamba (Universidad Nacional de Educación a Distancia, Spain), Fernando Salinas-Quiroz (Universidad Pedagógica Nacional, México), Paola Silva Cabrera (Universidad de la República, Uruguay), Moïra Mikolajczak (UCLouvain, Belgium) & Isabelle Roskam (UCLouvain, Belgium).

Validation status of this Spanish version: Instrument validated and paper submitted for publication (isabelle.roskam@uclouvain.be).

PBA

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

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

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

23. Estoy en modo de supervivencia en mi rol como padre/madre.							

GUÍA DE ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA

EXPERIENCIA DEL BURNOUT PARENTAL EN MADRES DE LA I.E. EL PIONERO

DINÁMICA PARENTAL

1. ¿Cuántos hijos tiene? ¿Cuáles son sus edades?
2. ¿Vive con el padre de sus hijos/una nueva pareja? ¿Cuál es el rol que cumple esta persona en la crianza de sus hijos?
3. ¿Cuál es el rol y las responsabilidades que tiene usted como madre en la crianza de sus hijos?
4. ¿Hay algún otro familiar que tenga un rol predominante en la crianza de sus hijos?

CAUSAS

5. ¿Cuáles son las labores que tiene a su cargo en el hogar? ¿Qué tanto tiempo les dedica? ¿Cómo se siente respecto a la cantidad o lo difíciles que son?
6. ¿Cuáles son sus hábitos? ¿Cómo es su día a día? ¿Ha habido algún cambio para su estilo de vida? ¿Cómo le afectó la cuarentena?
7. ¿Qué tipo de relaciones importantes mantiene con personas fuera del hogar? ¿Qué tan seguido tiene salidas o reuniones con personas ajenas a su familia?
8. ¿Cómo maneja sus responsabilidades laborales? ¿Qué tanta dificultad le produce? ¿Cómo se siente al respecto?

CONSECUENCIAS

9. ¿Presenta algún tipo de enfermedad o complicación de la salud? ¿Se ha agravado alguna enfermedad producto del agotamiento que siente? ¿Tiene migrañas, insomnio, problemas de concentración?
10. ¿Ha sentido ansiedad, preocupación por la situación de su hogar? ¿Se ha sentido deprimida, triste, desganada? ¿Se siente abrumada, agotada?
11. ¿Se han generado conflictos o discusiones en su familia producto de la situación que tienen en el hogar? ¿Qué tan frecuentes o fuertes fueron?

DIMENSIONES

12. ¿Cómo la hace sentir la experiencia de la crianza de sus hijos? ¿Qué pensamientos le vienen a la cabeza respecto a la crianza?
13. ¿Se siente interesada en las actividades o lo que le comunican los niños, o siente que su cuidado solo es parte de la rutina? ¿Se ha sentido distante o desinteresada respecto a los niños?
14. ¿Siente que es la madre que esperaba ser? ¿Siente decepción, fracaso respecto a su rol de madre? ¿Hay algo en específico en lo que siente haber fallado?

Consentimiento informado

Fecha, 04 de setiembre del 2021

Yo, Lorenza Eudocia Cahuana Lazaro identificada con DNI N° 48873653, aseguro que de manera voluntaria acepto ser entrevistada por la Bachiller de Psicología Brenda Geraldine Márquez Avila con la finalidad de indagar sobre la problemática del Burnout parental, asimismo afirmo que he sido informada con claridad sobre los objetivos y metas de esta investigación con fines académicos, la misma que se rige bajo parámetros de confidencialidad y privacidad de los datos personales y la información subministrada, siendo exclusiva de las investigadoras y personal involucrado en el proceso.

Teniendo en cuenta lo anterior, de manera libre y voluntaria doy consentimiento para participar en esta entrevista, la misma que será registrada para su estudio.

Finalmente confirmo que se me ha entregado una copia de este consentimiento.

……

Firma de la entrevistada

……

Firma de la Bachiller responsable

Consentimiento informado

Fecha, 04 de setiembre del 2021

Yo, Mamani Pari, Yudith Julia identificada con DNI N° 45225151, aseguro que de manera voluntaria acepto ser entrevistada por la Bachiller de Psicología Brenda Geraldine Márquez Avila con la finalidad de indagar sobre la problemática del Burnout parental, asimismo afirmo que he sido informada con claridad sobre los objetivos y metas de esta investigación con fines académicos, la misma que se rige bajo parámetros de confidencialidad y privacidad de los datos personales y la información subministrada, siendo exclusiva de las investigadoras y personal involucrado en el proceso.

Teniendo en cuenta lo anterior, de manera libre y voluntaria doy consentimiento para participar en esta entrevista, la misma que será registrada para su estudio.

Finalmente confirmo que se me ha entregado una copia de este consentimiento.

……

Firma de la entrevistada

……

Firma de la Bachiller responsable

Consentimiento informado

Fecha, 04 de setiembre del 2021

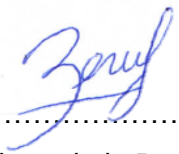
Yo, Rodriguez Maquera, Milagros Nazaria identificada con DNI N° 42103950, aseguro que de manera voluntaria acepto ser entrevistada por la Bachiller de Psicología Brenda Geraldine Márquez Avila con la finalidad de indagar sobre la problemática del Burnout parental, asimismo afirmo que he sido informada con claridad sobre los objetivos y metas de esta investigación con fines académicos, la misma que se rige bajo parámetros de confidencialidad y privacidad de los datos personales y la información subministrada, siendo exclusiva de las investigadoras y personal involucrado en el proceso.

Teniendo en cuenta lo anterior, de manera libre y voluntaria doy consentimiento para participar en esta entrevista, la misma que será registrada para su estudio.

Finalmente confirmo que se me ha entregado una copia de este consentimiento.

……

Firma de la entrevistada



……

Firma de la Bachiller responsable

Consentimiento informado

Fecha, 04 de setiembre del 2021

Yo, Chipana Adco, Martina identificada con DNI N° 44044477, aseguro que de manera voluntaria acepto ser entrevistada por la Bachiller de Psicología Brenda Geraldine Márquez Avila con la finalidad de indagar sobre la problemática del Burnout parental, asimismo afirmo que he sido informada con claridad sobre los objetivos y metas de esta investigación con fines académicos, la misma que se rige bajo parámetros de confidencialidad y privacidad de los datos personales y la información subministrada, siendo exclusiva de las investigadoras y personal involucrado en el proceso.

Teniendo en cuenta lo anterior, de manera libre y voluntaria doy consentimiento para participar en esta entrevista, la misma que será registrada para su estudio.

Finalmente confirmo que se me ha entregado una copia de este consentimiento.

…… Firma de la entrevistada

……. Firma de la Bachiller responsable

Consentimiento informado

Fecha, 04 de setiembre del 2021

Yo, ...Lashmi Cruz Zaravia..... identificada con DNI N°.....77573389....., aseguro que de manera voluntaria acepto ser entrevistada por la Bachiller de Psicología Brenda Geraldine Márquez Avila con la finalidad de indagar sobre la problemática del Burnout parental, asimismo afirmo que he sido informada con claridad sobre los objetivos y metas de esta investigación con fines académicos, la misma que se rige bajo parámetros de confidencialidad y privacidad de los datos personales y la información subministrada, siendo exclusiva de las investigadoras y personal involucrado en el proceso.

Teniendo en cuenta lo anterior, de manera libre y voluntaria doy consentimiento para participar en esta entrevista, la misma que será registrada para su estudio.

Finalmente confirmo que se me ha entregado una copia de este consentimiento.

.....

Firma de la entrevistada

.....

Firma de la Bachiller responsable

Spanish version of the Parental Burnout Assessment (PBA)

Original version: Roskam, Brianda & Mikolajczak, 2018;
https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2018.00758/full)

Validated version: Denisse Manrique-Millones (Universidad San Martín de Porres, Perú), Ricardo T. Ricci (Universidad Nacional de Tucumán, Argentina), Milagros Abregu Rey (Universidad Nacional de Tucumán, Argentina), Daniela Oyarce (Universidad Adolfo Ibáñez, Chile), Pablo Pérez-Diaz (Universidad Austral de Chile, Chile), María Josefina Escobar (Universidad Adolfo Ibañez, Chile), María Pía Santelices (Pontificia Universidad Católica de Chile, Chile), Javier Tapia (Universidad de Costa Rica, Costa Rica), Mariana Artavia (Universidad de Costa Rica, Costa Rica), Maday Valdés Pacheco (Universidad de la Habana, Cuba), María Isabel Miranda (Pontificia Universidad Católica de Ecuador, Ecuador), Raquel Sánchez Rodríguez (Université de Toulouse, France), Clara Isabel Morgades-Bamba (Universidad Nacional de Educación a Distancia, Spain), Fernando Salinas-Quiroz (Universidad Pedagógica Nacional, México), Paola Silva Cabrera (Universidad de la República, Uruguay), Moïra Mikolajczak (UCLouvain, Belgium) & Isabelle Roskam (UCLouvain, Belgium).

Validation status of this Spanish version: Instrument validated and paper submitted for publication (isabelle.roskam@uclouvain.be).

PBA

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

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

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

23. Estoy en modo de supervivencia en mi rol como padre/madre.					X		

RODRIGO

Spanish version of the Parental Burnout Assessment (PBA)

Original version: Roskam, Brianda & Mikolajczak, 2018;
https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2018.00758/full)

Validated version: Denisse Manrique-Millones (Universidad San Martín de Porres, Perú), Ricardo T. Ricci (Universidad Nacional de Tucumán, Argentina), Milagros Abregu Rey (Universidad Nacional de Tucumán, Argentina), Daniela Oyarce (Universidad Adolfo Ibáñez, Chile), Pablo Pérez-Diaz (Universidad Austral de Chile, Chile), María Josefina Escobar (Universidad Adolfo Ibañez, Chile), María Pía Santelices (Pontificia Universidad Católica de Chile, Chile), Javier Tapia (Universidad de Costa Rica, Costa Rica), Mariana Artavia (Universidad de Costa Rica, Costa Rica), Maday Valdés Pacheco (Universidad de la Habana, Cuba), María Isabel Miranda (Pontificia Universidad Católica de Ecuador, Ecuador), Raquel Sánchez Rodríguez (Université de Toulouse, France), Clara Isabel Morgades-Bamba (Universidad Nacional de Educación a Distancia, Spain), Fernando Salinas-Quiroz (Universidad Pedagógica Nacional, México), Paola Silva Cabrera (Universidad de la República, Uruguay), Moïra Mikolajczak (UCLouvain, Belgium) & Isabelle Roskam (UCLouvain, Belgium).

Validation status of this Spanish version: Instrument validated and paper submitted for publication (isabelle.roskam@uclouvain.be).

PBA

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

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

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

23. Estoy en modo de supervivencia en mi rol como padre/madre.						X	

Spanish version of the Parental Burnout Assessment (PBA)

Original version: Roskam, Brianda & Mikolajczak, 2018;
https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2018.00758/full)

Validated version: Denisse Manrique-Millones (Universidad San Martín de Porres, Perú), Ricardo T. Ricci (Universidad Nacional de Tucumán, Argentina), Milagros Abregu Rey (Universidad Nacional de Tucumán, Argentina), Daniela Oyarce (Universidad Adolfo Ibáñez, Chile), Pablo Pérez-Diaz (Universidad Austral de Chile, Chile), María Josefina Escobar (Universidad Adolfo Ibañez, Chile), María Pía Santelices (Pontificia Universidad Católica de Chile, Chile), Javier Tapia (Universidad de Costa Rica, Costa Rica), Mariana Artavia (Universidad de Costa Rica, Costa Rica), Maday Valdés Pacheco (Universidad de la Habana, Cuba), María Isabel Miranda (Pontificia Universidad Católica de Ecuador, Ecuador), Raquel Sánchez Rodríguez (Université de Toulouse, France), Clara Isabel Morgades-Bamba (Universidad Nacional de Educación a Distancia, Spain), Fernando Salinas-Quiroz (Universidad Pedagógica Nacional, México), Paola Silva Cabrera (Universidad de la República, Uruguay), Moïra Mikolajczak (UCLouvain, Belgium) & Isabelle Roskam (UCLouvain, Belgium).

Validation status of this Spanish version: Instrument validated and paper submitted for publication (isabelle.roskam@uclouvain.be).

PBA

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

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

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

23. Estoy en modo de supervivencia en mi rol como padre/madre.					X		

VANESA

Spanish version of the Parental Burnout Assessment (PBA)

Original version: Roskam, Brianda & Mikolajczak, 2018; https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2018.00758/full)

Validated version: Denisse Manrique-Millones (Universidad San Martín de Porres, Perú), Ricardo T. Ricci (Universidad Nacional de Tucumán, Argentina), Milagros Abregu Rey (Universidad Nacional de Tucumán, Argentina), Daniela Oyarce (Universidad Adolfo Ibáñez, Chile), Pablo Pérez-Diaz (Universidad Austral de Chile, Chile), María Josefina Escobar (Universidad Adolfo Ibañez, Chile), María Pía Santelices (Pontificia Universidad Católica de Chile, Chile), Javier Tapia (Universidad de Costa Rica, Costa Rica), Mariana Artavia (Universidad de Costa Rica, Costa Rica), Maday Valdés Pacheco (Universidad de la Habana, Cuba), María Isabel Miranda (Pontificia Universidad Católica de Ecuador, Ecuador), Raquel Sánchez Rodríguez (Université de Toulouse, France), Clara Isabel Morgades-Bamba (Universidad Nacional de Educación a Distancia, Spain), Fernando Salinas-Quiroz (Universidad Pedagógica Nacional, México), Paola Silva Cabrera (Universidad de la República, Uruguay), Moïra Mikolajczak (UCLouvain, Belgium) & Isabelle Roskam (UCLouvain, Belgium).

Validation status of this Spanish version: Instrument validated and paper submitted for publication (isabelle.roskam@uclouvain.be).

PBA

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

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

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

23. Estoy en modo de supervivencia en mi rol como padre/madre.			X				

KRISTOPHER

Spanish version of the Parental Burnout Assessment (PBA)

Original version: Roskam, Brianda & Mikolajczak, 2018;
https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2018.00758/full)

Validated version: Denisse Manrique-Millones (Universidad San Martín de Porres, Perú), Ricardo T. Ricci (Universidad Nacional de Tucumán, Argentina), Milagros Abregu Rey (Universidad Nacional de Tucumán, Argentina), Daniela Oyarce (Universidad Adolfo Ibáñez, Chile), Pablo Pérez-Diaz (Universidad Austral de Chile, Chile), María Josefina Escobar (Universidad Adolfo Ibañez, Chile), María Pía Santelices (Pontificia Universidad Católica de Chile, Chile), Javier Tapia (Universidad de Costa Rica, Costa Rica), Mariana Artavia (Universidad de Costa Rica, Costa Rica), Maday Valdés Pacheco (Universidad de la Habana, Cuba), María Isabel Miranda (Pontificia Universidad Católica de Ecuador, Ecuador), Raquel Sánchez Rodríguez (Université de Toulouse, France), Clara Isabel Morgades-Bamba (Universidad Nacional de Educación a Distancia, Spain), Fernando Salinas-Quiroz (Universidad Pedagógica Nacional, México), Paola Silva Cabrera (Universidad de la República, Uruguay), Moïra Mikolajczak (UCLouvain, Belgium) & Isabelle Roskam (UCLouvain, Belgium).

Validation status of this Spanish version: Instrument validated and paper submitted for publication (isabelle.roskam@uclouvain.be).

PBA

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

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

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

23. Estoy en modo de supervivencia en mi rol como padre/madre.				X			

Resultados PBA por escalas						
Madres	Agotamiento	Contraste	Distanciamiento emocional	Saturación	Puntaje global	
W	17	16	8	9	50	
V	27	23	11	13	74	
R	35	26	8	17	86	
N	17	11	5	10	43	
L	28	8	5	9	50	
Sam	17	11	4	6	38	
San	33	16	8	12	69	Viaje
LR	6	4	3	4	17	
La	15	0	5	4	24	
Kr	37	15	10	12	74	
Krl	3	2	0	6	11	
K	15	12	8	8	43	
J	25	13	6	9	53	
Gr	34	7	6	14	61	60< es alto
Ge	34	10	11	11	66	
A	2	1	0	0	3	
An	12	3	3	0	18	

Transcripción de la Entrevista a M. C. A.

M. C. A. es la madre de George Snayder, **madre N° 1**.

M.C.A. (M): ¿Aló?

Entrevistadora (E): Aló señora muy buenos días.

M: Buenos días miss Brenda, disculpe recién estoy viniendo.

E: No, no se preocupe señora linda, buenos días. Bueno, en realidad las preguntitas que le voy a hacer son para usted, no es para George, son para usted, voy a conversar con usted, ¿ya señora linda?

M: Ya miss.

E: Entonces le explico, esta pequeña entrevista va a tener dos partes, van a ser algunas preguntas un poco más generales y luego preguntas un poco más personales o más sensibles, bueno, para usted. Entonces, para ello le pido por favor que, digamos, este usted en un ambiente donde este sola, que no estén sus hijos, que no esté su esposo, tal vez, para que usted pueda contestarme con total libertad.

M: Ya, ya estoy sola.

E: Está usted sola, muy bien, entonces vamos a comenzar, ¿ya señora linda? ¿cuántos hijos tiene usted, señora linda?

M: Tengo tres.

E: ¿De qué edades?

M: Mi hija mayor tiene 12 años.

E: Ya, ¿los demás?

M: Después George viene de 5 años.

E: Ya.

M: Y la pequeña de tres años ya va a cumplir ya en octubre.

E: Tres añitos, muy bien, ¿los tres pequeñitos son de su misma pareja o ha tenido otro compromiso?

M: No, mi hija mayor no es de él, es de otro compromiso.

E: De otro compromiso, ya, actualmente ¿cómo es la relación con el papá de la otra pequeña?

M: De ella ha sido muy complicado, con su papá de mi hija mayor yo nunca he vivido, osea, ese era como enamorado, así, y me pasó y me embaracé.

E: Ah, comprendo, no se preocupe.

M: Entonces, su papá de ella nunca se ha responsabilizado, claro ha reconocido, pero él no quería, me dijo que no quisiera tener hijos, o si quisiera quería un varoncito, no quería una mujer.

E: Ya, entiendo.

M: Entonces, reconoció todo, pero responsabilizarse ya no quería, al principio me dijo que abortara, entonces yo no quería, entonces eso fue bajo mi responsabilidad.

E: Claro, comprendo, comprendo señora linda.

M: No tengo, no tengo ningún, este… a mi hija él no le conoce, no le ve, ninguno hasta ahora.

E: Entiendo, entiendo, señora linda, actualmente ¿usted vive con su pareja, bueno con el papá de George y de la última pequeñita?

M: Ajá, sí.

E: Ya, ¿ustedes son convivientes o casados?

M: Somos convivientes.

E: Convivientes, ¿hace cuánto tiempo tienen, llevan ya de relación aproximadamente?

M: Aproximadamente vivimos seis años.

E: Seis años, muy bien, ¿Cuál es el rol de desempeña su pareja actual en la crianza de sus hijos?

M: Él no es tan cariñoso, es muy… no sé cómo, a las antiguas, creo, como en la sierra, así.

E: Ya, osea es un poco seco, pero ¿qué rol desempeña? Solamente, digamos, la manutención económica o también procura, por ejemplo, ver sus tareas, porque definitivamente la parte afectuosa, no siempre todos son iguales ¿no?, pero me refiero más al rol que cumple, es decir, el acompañamiento tal vez a sus hijos, jugar con ellos, procurarlos, darles de comer ¿no? Se me ocurre, todos los roles que él cumple ¿cuáles son los roles que cumple su pareja actual en la crianza de sus hijos?

M: Él nada le visto, solo trabaja, solo da, pagar la mesa para comer, esas cosas, no le hace faltar materiales, todas esas cosas, pero menos en la tarea, no le acompaña en reuniones, nada quiere saber. No es… ¿qué hago yo? A mí nadie me decía, yo no tenía papa ni mamá, ¿quién se ha ocupado de mí? Él quiere algo como era él, pues.

E: Ya, entonces, de alguna forma entonces él, solamente se responsabiliza económicamente más no cumple ningún otro rol, ni de cuidado ni de acompañamiento ni ningún otro.

M: Si miss.

E: Ya, comprendo, comprendo.

M: Yo le hablado a mil maneras, no seas así, tus hijos crecen, cuando seas viejo también así van a ser contigo. Le hablo pues yo, entonces él no entiende.

E: Comprendo, comprendo señora linda, y ¿cuál es su rol y responsabilidades dentro de la…?, bueno, mejor dicho, en la crianza ¿cuál es su rol y sus responsabilidades en la crianza de sus hijos de usted?

M: Yo más bien, todo lo que yo puedo les apoyo a mis hijos, a veces juego con ellos, les llevo al parque, sus tareas lo veo, en todo, más que todo a mis hijos, todo lo que yo puedo. También voy a trabajar, así.

E: Entonces, por eso le preguntaba, ¿cuál es su rol? Entonces, quiere decir que usted desempeña, bueno, realiza su trabajo, procura el cuidado de sus hijos, el cuidado de la casa, por eso le preguntaba el rol, ¿cuál es el rol que usted cumple? Entonces también el cuidado, pienso que ¿también el acompañamiento a sus niños? También es parte de su rol, ¿verdad?

M: Ajá.

E: Ya, en este caso, ¿hay alguna otra persona…?

M: No, no hay nadie, yo sola, yo nomás.

E: Usted nada más, muy bien, señora.

M: Mi hija mayor me ayuda con el Snayder a veces, cuando yo voy a trabajar ella se queda con…, bajo responsabilidad de ella.

E: Ah, ya comprendo, entonces de alguna manera usted comparte responsabilidad con su hija mayor.

M: Si, con ella.

E: Es quien la apoya un poco más.

M: Ajá.

E: Ya, entiendo.

M: Mayormente ella se queda, a veces yo dos veces a la semana así nomás me quedo, mayormente la que se queda es ella.

E: Comprendo, comprendo. Señora linda, y en este… de alguna manera me gustaría, por ejemplo, que usted me contara como es su día a día, ¿cuáles son sus hábitos?

M: Mis hábitos, ¿cómo así fueran…?

E: Osea, ¿Cómo es su día a día? ¿Cuál es su rutina diaria?

M: Ah, ya. En la mañana yo me levanto tempranito a las cuatro de la mañana a cocinar, hago desayuno para que mi esposo se vaya a trabajar, a veces yo me quedo, si me quedo yo hago desayuno a mis hijos, les hago lavar primero sus dientes a todos cuando yo estoy en la casa, después desayunan, después hacen sus cosas, sus camas tienden, les meto… todavía no pueden, yo les meto la cama, todo le hago lavar para que vean "Aprendo en casa", así, que esté al tanto de su tarea. Estos días estuve… estos días estuve en la casa con ellos, no he ido a trabajar, toda la noche nomás estábamos queriendo (*inentendible 07:58*) sus clases, todas esas cosas, estuve con ellos explicándoles cómo era, todas esas cosas.

E: Ah, comprendo. ¿Y luego, luego de ello? ¿Qué más…?

M: Cocino almuerzo… cocinamos almuerzo con mi hija, "Hay que hacer" le digo, "para que aprendas a cocinar" le enseño a cocinar así a mi hija, lavamos ropa, mi hijo también ayuda, con su hermanita juega para que ya no moleste, así. Y en la tarde, cena, mirando tele… y ya, dormirse… ese hábito.

E: Ah ya, comprendo, comprendo, ¿y los días que usted se va a trabajar? ¿Cómo es su rutina diaria?

M: Yo me voy a trabajar, les dejo su comida para el desayuno, igual las otras comidas para que coman, les dejo su horario "Tal hora van a comer esto, tal hora sus frutas", dejo su yogurt, "tal hora van a comer", les llamo por teléfono "¿ya han comido?", preguntando qué están haciendo, así. Entonces, almuerzo también les dejó y mi hija calienta y comen eso, y en la tarde yo llego a las cinco, llego, hago la cena, les hago sus tareas, así.

E: Entonces, cuando usted se va trabajar siempre está en constante supervisión, por decirlo así, a pesar de que esté lejos.

M: Si, si, yo siempre llamo, ella tiene su teléfono y yo siempre estoy llamando, ella también tiene su saldo, no le falta.

E: Comprendo.

M: Entonces si algo pasa, entonces ella tiene que llamar.

E: Comprendo, señora linda y todas estas responsabilidades que usted tiene dentro de su hogar, ¿cómo la hacen sentir? ¿Cómo se siente usted con todas esas responsabilidades que usted tiene en casa?

M: A veces me siento muy sola porque mi esposo no me ayuda.

E: Se siente usted muy sola.

M: Ajá.

E: Comprendo, también las emociones que usted tal vez siente son agotamiento, cansancio, un poco…

M: Si, a veces me canso y reniego, yo nomás reniego, a veces más que todo es con mis hijos, si yo… yo si voy a (*inentendible 10:10*) yo si me desquito con mis hijos, estoy cansada, llego, tengo calor, no está lista la cena, entonces tampoco no me puedo aprovechar a mi hija que lave el servicio, ella ya lo hizo, entonces ella no, no quiere hacer

E: Comprendo, comprendo señora.

M: Entonces llega mi esposo, "ni siquiera lavas el servicio", así le digo, él viene cansado, "yo también llego cansada" le digo, a veces, de ahí discutimos, así.

E: Ah ya, comprendo, entonces con lo que usted me indica, entonces han ocurrido conflictos por la situación que usted vive en su hogar.

M: A veces sí, miss.

E: Ay, señora linda, y esos conflictos, señora linda, ¿son constantes o cuán fuertes son?

M: No, a veces nomás porque ya no le digo nada para no hacer problemas, para que no escuchen mis hijos, así, ya no le digo nada, yo me aguanto y ya nomás, tengo que hacer mis cosas, sin hacerlos… sin decir nada para que no haya problemas, ni nada

E: Entiendo, entiendo señora linda, tranquila, no se preocupe. Tranquila, señora linda, más bien agradecerle que me esté usted contando estas cositas que son más personales.

M: Si, miss.

E: Tranquila, no se preocupe. Bueno, a ver, séquese sus lágrimas señora linda, ¿vamos a continuar o quiere usted tomar un poquito de agüita?

M: No, vamos a continuar, miss.

E: Ya, señora linda, muchas gracias. Bueno, entonces, y estas…de alguna forma, entonces… según lo que he escuchado de usted, todas estas responsabilidades laborales que usted tiene ¿cómo la hacen sentir? Porque una cosa son las responsabilidades que usted tiene en casa, pero las responsabilidades laborales ¿cómo la hacen sentir a usted?

M: A veces me siento muy cansada, a veces pienso "preferiría separarme de mi pareja para ya no estar mirando a él, ya no más ya", digo, no sé a veces que pensar… como yo no tengo ayuda de él, ni sus tareas le puede enseñar, le digo a veces, de buenas le digo "enséñale a tu hijo siquiera… un día siquiera en tu vida enséñale su tarea, explica" le digo, "¡ya, trae, trae!" y le grita pues, entonces a mí no me gusta que le grite, que le hable bonito, que le enseñe bonito, como papá.

E: Claro.

M: Reniego y ya no quiero que enseñe, mejor yo, cansada o como sea le enseño y con mi hija pues hacemos, tenemos que hacerle, explicamos al Snayder.

E: Comprendo, comprendo señora linda, entonces ya, de alguna manera, al narrarme usted su día a día entiendo yo que, tal vez, no dispone usted, digamos, de un tiempo propio para usted.

M: Ajá, no dispongo, no hay, osea que prácticamente no hay un descanso para mí, ni un día.

E: Entonces, o es el trabajo o es la casa, ¿verdad?

M: Mhm (sonido de afirmación)

E: Comprendo, señora linda ¿usted sufre de alguna enfermedad? ¿O de alguna dolencia o malestar? Bueno, usted sufre de alguno de estos… de alguna… bueno de alguna enfermedad.

M: No miss, no sufro ninguna enfermedad.

E: Ya.

M: Solo estoy a veces muy dolida y triste porque hace tres meses atrás mi hermano ha fallecido.

E: Mi más sentido pésame.

M: Mi hermano era bien querido para mí, él era todo para mí. Lamentablemente ha fallecido y eso es lo que más me duele, miss. Con él podía contar todo, él sabría… si algo me pasaba, mi esposo desde más ha cambiado, más machista se ha vuelto, entonces a él tenía miedo pues, tenía carácter fuerte…

E: Comprendo, señora linda.

M: Mis hijos también le querían bastante, cuando venía ¡uhh! le jugaba con el Snayder, jugaba fútbol, le enseñaba a jugar, así. Siempre venía a visitarme.

E: Comprendo, comprendo.

M: Él vivía en Juliaca.

E: Mi más sentido pésame, comprendo.

M: Gracias miss.

E: No se preocupe, tranquila. Señora linda y… toda esa situación, toda esa situación que usted… bueno, todo lo que le está sucediendo digamos, ¿le ha traído algún malestar físico o producto, digamos, del agotamiento?

M: No, no creo miss.

E: Me refiero…

M: Yo siempre he pensado tengo que estar fuerte para mis hijos.

E: Claro, claro comprendo…

M: No quisiera que mis hijos me vean llorando y sufrir así.

E: Exacto, claro la entiendo, la entiendo, me refiero… por ejemplo, su malestar físico, digamos… porque a veces uno es fuerte, uno procura ser fuerte, pero a veces usted sabe que el cuerpo, el cuerpo a veces simplemente… si algo le duele, le duele ¿no? Entonces, en ese sentido, por ejemplo, me refiero más… por ejemplo, si usted ha sufrido de migrañas o ha tenido dolores de cabeza o dolores, por ejemplo, de espalda, no necesariamente por el trabajo sino a veces sin trabajar dolores de espalda, insomnio, por ejemplo ¿ha sentido usted este tipo de malestares?

M: Si, dolores de cabeza si he tenido fuertes, a veces, me he comprado una pastilla "será migraña" dije, me tomé y he estado bien.

E: Comprendo, comprendo. Señora linda, ¿cómo le ha afectado a usted la cuarentena?

M: La cuarentena… no, me ha afectado, estábamos trabajando acá y después, de pronto, cuando había trabajo acá nos dicen… decían que era cuarentena y yo no sabía que era cuarentena, después ya entendí que no teníamos que salir, no hacer muchas cosas, entonces, solo estuve en la casa. La verdad, yo no me he desesperado, tenía mis amigas, mis compañeras de trabajo se han desesperado demasiado, yo más bien no me he desesperado porque también tenía mi… mi comida, todo lo que tenía, tenía ¿no? Por eso yo no me he desesperado nada, estaba tranquilo con mis hijos tenía mi casa, ellas no tenían casa, vivían alquiladas, ya las esperaba a ellas más que todo mis compañeras de trabajo.

E: Comprendo.

M: Yo estaba tranquila.

E: Ah ya, comprendo, entonces… pero, digamos, ¿alguna otra afección que haya ocasionado la cuarentena? Muy aparte del tema económico ¿no? O de la parte digamos de la salud ¿no? Sino en otros aspectos, emocionalmente, socialmente, por ejemplo, ¿le ha afectado la cuarentena? ¿Le afectó a usted?

M: Si, he visto que varias, varias así, conocidas han fallecido, desde ahí me puse triste, en verdad… me están… si me he preocupado de eso.

E: Entonces le causó…

M: Porque yo también.

E: Claro, comprendo. Le causó, digamos, de alguna forma, un poco de ansiedad, un poco así de preocupación constante, por decirlo así.

M: Si, más me preocupaba “si algo me pasa ¿qué van a hacer mis hijos?”, más que todo de mi hija mayor me he preocupado, ya está grandecita muchas cosas le pueden pasar, si algo me pasa a mí, de eso si me he preocupado bastante.

E: Claro, comprendo y el aspecto educativo, digamos, también le… de alguna manera.

M: También de mis hijos que no van al colegio, ¿cuándo van a aprender? En la casa no es siempre igual.

E: Claro.

M: Prácticamente nosotros… nosotros estamos enseñándole y no enseñamos como debe ser, en los colegios más bien enseñan bien.

E: Claro.

M: Otra es presencial, ahora en tele nomás pienso que no aprenden nada, de eso si me preocupo.

E: Se preocupa…

M: Yo he rezado prácticamente para que inicien las labores, así.

E: Entiendo, entiendo.

M: Porque ellos también estaban estresados, en la casa nomás.

E: Claro, comprendo. Llevando a colación eso que usted me indica, ¿usted mantiene alguna relación fuera del ambiente familiar? Me refiero, por ejemplo, amigos o familia externa ¿no? con los que mantenga relaciones.

M: Si, tengo. Tengo mis amigas que años nos conocemos, desde que mi hija era… desde mi hija mayor que era pequeña desde ahí nos conocemos y yo también a sus familias, así, pero somos amigos, vamos a cocinar a su casa, ellos vienen a mi casa a cocinar, así.

E: Ah ya, genial.

M: Así, si tengo amigos

E: Y esta convivencia, digamos, o está… o las reuniones que puedan tener ¿son frecuentes o esporádicas? O digamos muy… muy… algo distantes.

M: No, no son muy seguidas. A veces, digamos, una vez al mes será, a veces en sus cumpleaños nos cocinamos, así, así nomás, no es frecuente.

E: Ah ya, comprendo, señora linda…

M: Tengo mis hermanos también, pero no nos llevamos muy bien que digamos. A veces también con ellos vienen a cocinar, vienen a visitarme, así nomás nos cocinamos, y ahí nomás.

E: Comprendo, comprendo. Señora linda, usted sufre… ah bueno, perdón, ¿ha sentido…? Mejor dicho… aunque ya me mencionó que ha sentido ansiedad, depresión también ¿verdad?

M: Si.

E: ¿Agotamiento, cansancio también?

M: Si, siempre.

E: No se preocupe, no se preocupe. Señora linda, ahora le voy a… bueno, ¿usted, señora linda, siente que es la madre que quería ser?

M: A veces siento que no, porque a veces se me pasa la mano y les grito y yo pienso que no debo gritar a mis hijos, tengo que hablarles, no sé…este… enseñarles hablando pues, a veces no sé me altero y les grito, entonces mejor no… "yo no merezco ser madre" a veces pienso yo misma.

E: Comprendo, comprendo, ¿qué pensamientos le vienen a la mente cuando usted piensa en la crianza de sus hijos?

M: "Quiero cambiar" digo, "yo ya no voy a ser la misma, voy a cambiar, tengo que cambiar mis hijos ya están creciendo", eso me viene a la mente. Tengo que ser amigo de ellos, así que si voy a estar gritando pienso que no van a ser mis amigos, así.

E: ¿Y qué emociones siente al respecto?

M: Mis hijos son muy cariñosos conmigo y siento…de que… en eso tienen amor para mí, yo también.

E: Entiendo, entiendo, señora linda ¿usted siente que ha fallado o siente que a… por ejemplo, mejor dicho, a ver, replanteo ¿usted siente que ha fracasado o ha fallado en la crianza de sus hijos?

M: Si, a veces siento que… antes llegué a pensar porque traer al mundo al hijo sino eres paciente, no tienes mucha responsabilidad para ellos, así siento. No tienes paciencia, así.

E: Entiendo, entiendo, entonces ¿hay algún aspecto que usted desearía cambiar? ¿O que siente que ha fallado completamente?

M: Yo quisiera cambiar si ya tengo mis hijos ya conmigo, entonces si me gustaría cambiar, "voy a cambiar" digo.

E: ¿Y en qué aspecto es en el que siente usted que ha fallado específicamente?

M: A veces cuando me hace renegar les doy pues sus cueras, de ahí pienso que yo fallo pues.

E: Ah ya, comprendo, comprendo, señora linda ¿usted siente en algún momento… usted se ha sentido distante, por ejemplo, con las actividades de sus hijos? Ha sentido, por

ejemplo, un poco de distanciamiento, llegó un momento en el que ya simplemente usted ya estaba, digamos, demasiado… Tenía muchas cosas y dijo "ya sabes que ya, por hoy basta, ya no quiero saber nada" o simplemente dejó "ya, que sea lo que tenga que ser". ¿Se ha sentido usted de esa manera, se ha sentido algo distante o distanciada?

M: Si, a veces cuando… más que todo me he distanciado de mis hijos cuando mi hermano estaba en hospital y toda la semana le he dejado a mi cuñada, y no sé qué harían, comían no comían, la cosa yo estaba en hospital, solo a dormir ya o cuando estaban dormidos llegaba, después en la mañana al día siguiente me iba también al hospital, me levantaba a las tres de la mañana "no me importa mis hijos" decía, "lo que sea, la cosa es que mi hermano yo quisiera que se salve", así, esa vez yo si les abandoné a mis hijos, si, ya no les llevé ni al entierro porque había mucha gente y que tal también había coronavirus allí, ¿y si les daba a ellos?, mejor lloraran, que harán, la cosa es que estén en la casa pues, bien con mi cuñada, hasta yo mismo nomás será. Yo solamente he ido, pero mi hija me reclamó "tú no me has llevado al entierro de mi tío", es cierto.

E: Comprendo.

M: A ese rato no pensaba que hacer.

E: Entiendo, señora.

M: Y nadie se me distancia y yo digo "no debía dejar a mis hijos, me hubiera llevado al entierro", todas esas cosas, digo.

E: Comprendo, señora linda, usted… bueno, escucha y presta atención a sus niños… bueno, me replanteo la pregunta, disculpe, al momento de escuchar o preguntar a sus hijos cómo se sienten ¿todo ello lo hace porqué, bueno, porque usted siente que tiene que hacerlo o lo hace porque es parte de la rutina o por qué, bueno, es parte pues de su trabajo como mamá? ¿Por qué razón lo hace?

M: Porque quiero que me digan cómo se sienten.

E: Entonces lo hace por, bueno… usted lo hace entonces porque siente que es… osea porque siente que es necesario hacerlo.

M: Si, si, yo siento que es necesario hacerlo, tengo que preguntar cómo se sienten o como están, están bien, están mal, así.

E: Entonces usted este interés que muestra, digamos, entonces ¿usted muestra interés o es…?

M: Si.

E: O bueno, más referido a que, bueno, es parte pues de mi trabajo como mamá. ¿O le nace a usted como un interés propio?

M: No, a mí me nace como interés propio, me siento a hablar con mi hija, como ya va a llegar… está en su pubertad entonces, más que todo a ella me siento a hablar, a conocer sus cosas, le digo, con ella… le pregunto y si hablamos.

E: Entiendo, entiendo. Señora linda, usted ¿qué características considera que tiene una buena madre?

M: Yo pienso que una buena madre se dedica solo a sus hijos, hace las cosas en la casa, le hace hacer las tareas, osea, prácticamente pienso que todo el día está con sus hijos.

E: Y… ¿cuáles son…?

M: Y yo no lo hago esas cosas.

E: Comprendo, ya, ¿y eso cómo le hace sentir?

M: Me hace sentir triste porque yo no estoy con ellos, me voy a trabajar, a veces pienso que más me interesa la plata que mis hijos.

E: Entiendo, entiendo, ¿y qué características considera usted que tiene una mala madre?

M: Pegarles, gritarles, esas cosas pienso que son una mala madre.

E: Entiendo, entiendo señora linda. Bueno, agradezco que me haya, me haya permitido conversar con usted un poquito más, conocerla un poquito más de alguna forma, le agradezco realmente y que me haya brindado su tiempo, ¿ya señora linda? Tranquila…

M: Más bien muchas gracias.

E: No, no se preocupe señora linda, tranquila.

Transcripción de la Entrevista a M. N. R. M.

M. N. R. M. es la madre de Rodrigo, **madre N° 2**.

M. N. R. M. (M): ¿Aló?

Entrevistadora (E): Aló señora linda, ¿cómo está usted? Buenas tardes… buenos días.

M: Buenos días profesora, ¿cómo está? Bien nomás, bien profesora.

E: Yo ya estoy de tardes ya. Señora linda, ¿dispondrá usted de unos 20 minutitos?

M: ¿Ahorita…? ¿Cómo para qué será miss?

E: Le voy a hacer una pequeña entrevista a usted.

M: Ah, ya miss, haber lea, la escucho.

E: Ya. Señora linda, esta… bueno, me gustaría más bien para hacer esta entrevista que tal vez no estés usted en compañía de sus hijos o de su esposo.

M: Ya.

E: Sino que usted está solita.

M: Ah no, si estoy solita ahorita.

E: Ya está. Muy bien, está entrevista… bueno, tiene dos partecitas, una parte es un poquito más general y otras son preguntas un poquito más personales y sensibles ¿ya señora linda? Entonces, vamos a comenzar ¿cuántos hijos tiene usted señora linda?

M: Dos.

E: Eh, ¿de qué edades?

M: Quince y cinco.

E: Eh, ¿sus dos pequeñitos son de un mismo compromiso?

M: Si.

E: Ya, ¿actualmente usted está casada o es conviviente?

M: Casada.

E: Casada… y ¿vive con el papá de sus hijos?

M: Si.

E: ¿Cuál es el rol que desempeñan él en la crianza de sus peque… de sus hijos?

M: Eh…mmm… Bueno… aporta el dinero y bueno… en algunas otras cosas ¿no?

E: ¿Como en cuáles?

M: Ehh haber… en qué… bueno, este, en su educación.

E: ¿Me podría explicar un poquito más? ¿A qué se refiere con ello?

M: Bueno, cuando digamos… hay algún trabajo para hacerlo, él ayuda.

E: Ya.

M: Mhm (sonido de afirmación)

E: Entonces básicamente es…bueno aparte de lo económico, es el tema un poco el acompañamiento educativo.

M: Si.

E: En otro aspecto no tiene ningún rol.

M: Ah no… en ¿en el emocional?

E: Por eso le decía…

M: ¿En todo?

E: ¿Qué roles desempeña en la crianza de sus hijos? ¿no? En todos los aspectos. Pero…

M: Bueno en lo emocional también está con ellos, osea… también en lo emocional, miss.

E: ¿Y qué roles o responsabilidades tiene usted en la crianza de sus hijos?

M: Bueno yo soy la que… mayor parte ¿no? la paso con ellos… este…eh, igual ¿no? que mi esposo también, estoy con ellos en lo emocional y también en su educación.

E: Ya, osea ¿el cuidado, la alimentación? por decirlo.

M: De todo me encargo yo.

E: Ah ya, usted se encarga básicamente de todo. ¿Usted cumple más roles que su esposo? ¿De cierta forma?

M: Eh… sí, claro, compartimos algunos roles, pero mayormente yo porque como él trabaja, este…yo mayormente paso más tiempo con ellos.

E: Entiendo, entiendo. Y ¿es…? Bueno, además de ustedes dos ¿hay alguna otra persona que también tenga algún rol predominante en la crianza de sus hijos?

M: Eh no, solo nosotros.

E: Sólo ustedes dos, entiendo. Señora linda, ¿cuáles son sus hábitos? ¿Cuál es su rutina diaria? ¿Cómo es su día a día? ¿Me podría decir cómo es su día a día?

M: ¿Desde que me levanto?

E: Si, ¿cómo es su día a día?

M: Bueno, en la mañana me levanto, este…hago, ah… para hacer el desayuno, ya, preparo el desayuno, levanto a mis hijos, este… desayunamos, eh… bueno, ayudo en sus clases, luego…este, me preparo para hacer el almuerzo, almorzamos, después hacemos las tareas, eh…de ahí… ¿qué más? En la tarde, pues ya viene ¿no? la cena y, ya pue', a dormir después de eso, más o menos esa es mi rutina.

E: ¿Y todas esas actividades laborales…? Bueno, perdón, todas esas actividades que usted… o esas responsabilidades que usted tiene en el hogar ¿cómo la hacen sentir?

M: Bueno, a ve… a veces… este, si me estresa porque creo que, como es algo que lo hago todos los días esa rutina, a veces me llego a… como que a estresar…

E: Entiendo.

M: Y… si me siento a veces un poco mal.

E: Mm, ya. Al decirme mal, ¿a qué se refiere? por ejemplo, no sé, tristeza, molestia, ansiedad ¿por decirlo así?

M: Eh, sí.

E: Entiendo, entiendo, entiendo, entiendo. Y… prácticamente, según lo que usted me ha narrado ¿cuánto tiempo le destina usted a todas sus responsabilidades en el hogar?

M: Todo el día casi.

E: Todo el día, entiendo. ¿Usted, señora linda, trabaja?

M: Yo no trabajo, solo me dedico a mi casa.

E: Solo se dedica a su casa, comprendo, comprendo. Señora linda, cuál… ¿cómo le ha afectado la cuarentena?

M: Bueno… en… bueno a mí, por ejemplo, no me gusta salir mucho, osea, si me gusta estar en mi casa, osea en ese sentido no… no me ha afectado, no… a mí casi no mucho me… me ha afectado.

E: Ya.

M: Es que no soy de salir y esas cosas.

E: ¿Entonces no le ha generado ningún cambio en su estilo de vida?

M: Eh, no, no.

E: Ya, entiendo, entiendo, entiendo. Señora linda, bueno, hace un momento usted también me dijo ¿no? un poco la rutina y todas esas cosas, y bueno ¿en su caso se ha generado conflictos por la situación familiar que usted?… digamos, o por todas esas… esas… eh... Mejor dicho, haber replanteo, ¿se ha formado… en su casa, ah… se han generado conflictos o digamos molestias por la situación familiar que usted vive en su hogar? Producto digamos de ese agotamiento, esa rutina que usted sigue diariamente ¿no?

M: Bueno a veces, a veces si me… osea como que… ah, no sé cómo explicarle. A veces si hago ¿no? Osea… doy a… conocer mi molestia, a veces, cuando ya no… digamos, no puedo más.

E: Ya.

M: Si, ahí ya cómo que me pongo un poco… estoy un poco, así como que enojada y ya pues, entonces, todos ya ¿no? me ven, mi esposo, mis hijos, ya saben que estoy molesta. Pero eso me pasa a veces, osea como le digo, cuando… cuando ya digamos no puedo mucho, osea es que a veces quiero yo abarcarlo todo, quiero hacerlo yo todo, y como no lo puedo hacer, ahí es donde… como que me siento impotente que no, no puedo hacerlo yo sola todo, entonces… estoy enojada, amargada, molesta ¿no?

E: Entiendo, entiendo, entiendo, ¿y esto se genera, digamos, con cuánta frecuencia o con cuánta intensidad se ha generado?

M: Mmmm

E: ¿O cuán fuertes han sido estos conflictos?

M: Mmm, bueno no son tan seguidos, como le digo ¿no? No son tan seguidos.

E: Pero cuando han ocurrido ¿han sido fuertes?

M: No, no, no, osea yo me suelo enojar, pero se me pasa rápido ¿no?

E: Entiendo, entiendo, entiendo. Señora linda, bueno hace un momento usted me decía que no es tanto de salir y tanto de ello ¿no? Entonces us… pero man… bueno, a pesar de ello ¿usted mantiene relaciones con personas que… fuera de su familia? De su familia nuclear.

M: No, no suelo… no suelo ser de mucho, osea, de compartir, de salir. Bueno, más antes de la pandemia, cuando no había la pandemia ¿no? Igual, yo no… no era de ir a compromisos y esas cosas, de salir con otras personas aparte de mi familia, no. Ahora tampo… osea por eso le digo no, no, no soy de compartir con otras personas aparte…

E: ¿De su familia nuclear o…? Osea me refiero más que todo aparte de su familia nuclear, osea quiere decir de su esposo e hijos ¿no? Tal vez, digamos, con sus hermanas o con su mamá…

M: Ah sí.

E: Tías…

M: Ahí sí, con personas… con familiares, si se ir a reuniones y....

E: Ah ya, exacto, eso era lo que quería…

M: Ah ya, yo pensé que no, personas...

E: Un poquito preguntarle, osea con personas ajenas…

M: No, no.

E: No lo hace, no le gusta mucho.

M: No, no mucho... son.

E: Esto muy esporádico.

M: Eh, si.

E: Pero con personas de su familia, digamos, es un poco más frecuente.

M: Si, si, si comparto con ellos, ajá.

E: Ya, ¿un poco más frecuente?

M: Eh, no tanto tampoco.

E: ¿Digamos una vez al mes?

M: Eh… si, algo así, una vez, dos veces al mes.

E: Ya, entiendo, entiendo. Señora linda ¿usted sufre de alguna enfermedad o malestar?

M: ¿Alguna enfermedad…? Mmm, bueno a veces, como que no puedo dormir, es lo único ¿no?

E: Ah ya, ¿usted sufre entonces de insomnio?

M: Si.

E: Ya.

M: Eso me pasa cuando, digamos… ah, es que, el problema es que a veces, digamos, me pasa algo… digamos tengo que viajar o voy a hacer algo, no sé, digamos al día siguiente tengo que hacer algo, cualquier cosa, no puedo dormir.

E: Ah ya, eso es lo que le ocurre, entiendo. Señora linda, ¿ha sentido usted algún malestar físico producto del agotamiento?

M: Eh, ¿cómo por ejemplo dolor de cabeza?

E: Claro, dolor de cabeza o malestar.

M: Dolor, haber, en la parte de la espalda.

E: En la espalda, claro.

M: Ah, sí.

E: Sin necesidad de haber estado trabajando, digamos, con esfuerzo físico, pero le ha empezado a doler la espalda, dolor de cabeza…

M: Mhm (*sonido de afirmación*), si, si me ha pasado.

E: Si ha sentido eso.

M: Si.

E: Ya, comprendo, comprendo, comprendo. Señora…mm, bueno, ¿usted ha sentido también…? Por ejemplo, hace un momento me decía ¿no? que a veces ha sentido molestia un poco por producto de la rutina ¿verdad?

M: Mhm (*sonido de afirmación*)

E: ¿Y ha sentido también, por ejemplo, tristeza? Tristeza, un poco de ansiedad…

M: Si.

E: Depresión… ¿en algún momento? ¿Si?

M: Mhm (*sonido de afirmación*), sí. Ansiedad y algo de tristeza.

E: Agotamiento, abrumada, ¿se ha sentido usted abrumada?

M: Si.

E: Entiendo, entiendo, entiendo. Señora linda ¿cómo le hace… cómo le hace sentir la experiencia de ser…? Bueno, como ¿cómo se siente usted con la experiencia de la crianza de sus hijos?

M: Ehh… Bueno, no es como me gustaría que sea, pero bueno, este como le puedo decir, creo que me falta más trabajar en lo que es la parte emocional.

E: Ya.

M: Ser más…este, cariñosa, de repente.

E: Pero, ¿cómo la hace sentir eso a usted? ¿Cómo la hace sentir la experiencia de criar a sus hijos? ¿No? ¿Cómo la hace sentir? ¿La hace sentir, a veces, tal vez abrumada? A veces incluso, tal vez no sé, ¿la hace sentir un poco… inconforme o frustrada?

M: Si, soy inconforme.

E: Inconforme.

M: (*Inentendible 13:31*) Si, con… si, soy un poco inconforme. Creo que no estoy dando lo que debería dar.

E: Ya, entiendo, entiendo. Y en algún momento, señora, ¿se ha sentido usted un poco distante con sus hijos?

M: Mmm.

E: ¿Nada? ¿Se ha sentido distanciada, distante con sus hijos?

M: No, no, no porque, bueno, siempre estoy ahí con ellos ¿no? Si, mayormente paso el tiempo con ellos.

E: Claro, entiendo. Pero, esto va referido, por ejemplo, tal vez que en algún momento usted simplemente dijo "ya, sabes qué, hasta aquí, no, hasta aquí llego, ya por hoy, por hoy basta, por este momento basta, ya no quiero saber más, quiero un poco de paz para mí"

M: Mmm… ah, sí, sí, sí he sentido eso.

E: Si lo ha sentido, y eso le… ¿lo siente usted con algo de frecuencia o muy esporádicamente?

M: Esporádicamente.

E: Esporádicamente, ya, entiendo. Señora linda, ¿usted siente que es la mamá que… que desearía ser?

M: No.

E: ¿Por qué?

M: Eh, porque a veces ¿no? veo otras mamás o, no sé, y digo "ay, yo quisiera ser así", no lo sé.

E: Ah, se compara usted un poquito.

M: Si, con otras mamás.

E: ¿En qué siente que ha fracasado o ha fallado en la crianza de sus hijos?

M: En lo que le decía hace rato, que como que no… no soy muy cariñosa, muy afectiva, algo así, y eso.

E: Entonces, ¿eso sería lo específico en lo que le gustaría cambiar?

M: Si.

E: ¿En lo que ha fallado?

M: Si, en eso.

E: Mmm, comprendo, comprendo. Señora linda, ¿usted siente interés en escuchar y comunicarse con sus hijos o siente qué es parte de su rutina y del trabajo, pues, de ser mamá?

M: Mm cómo… ¿haber me puede usted repetir, miss, la pregunta?

E: Usted, señora linda, ¿siente interés al escuchar y comunicarse con sus hijos o siente que es parte del cuidado y la rutina de la crianza de sus hijos?

M: Ah no, si, si siento interés por sus cosas ¿no? Que a veces a ellos le hago, que mi hija a veces me cuenta.

E: Ya, comprendo, comprendo señora. Señora linda, ¿qué características considera usted que tiene una buena mamá?

M: ¿Cómo?

E: ¿Qué características considera usted que tiene una buena mamá?

M: Haber, que sea cariñosa… cariñosa… que más, eh… que siempre esté ahí con sus hijos ¿no? Este… que ellos le cuenten sus cosas, bueno, eso creo.

E: Ya, ¿y qué características tendría entonces una mala mamá?

M: Bueno no… aquella pue' que no se interesa ¿no? por sus hijos, que no está para ellos… eh, eso creo yo que es una mala madre.

E: Ya, ya señora linda. Haber, déjeme ver acá si me estoy olvidando de algo. Ya, muy bien señora linda, entonces, bueno, agradezco más bien las palabras que usted me ha brindado, el espacio que me ha dado y, bueno, si por ahí alguito me he olvidado yo ya la estoy llamando.

M: Ya, gracias miss.

E: Ya señora linda. Muchas gracias, cuídese mucho. Gracias, hasta luego.

Transcripción de la Entrevista a Y. J. M. P.

Y. J. M. P. es la madre de Grace, **madre N° 3**.

Y. J. M. P. (M): ¿Aló?

Entrevistadora (E): Aló señora, buenos días, o buenas tardes ya, en realidad, ¿dispondrá usted, señora linda, de unos 20 minutos?

M: ¿Veinte minutos?

E: Sí, o quince… si, veinte minutos aproximadamente, porque voy a hacerle una pequeña entrevista.

M: ¿A la nena?

E: No, a usted.

M: ¿Ahorita? No estamos en la casa pue'.

E: Pero, no hay problema, porque es una entrevista para usted, o sea no es necesario que tengan material ni nada.

M: Ya.

E: Ya, entonces son 20 veinte minutos a más tardar será ¿ya? Algunas preguntas, señora linda, son generales, un poco para ver su contexto, y otras preguntas van a ser un poco más personales, ¿ya señora linda? Entonces, son un poco más sensibles, por decirlo así, entonces me gustaría que usted me responda con total sinceridad y que, en la medida de lo posible, no sé, sus pequeños no escuchen ¿no? para que usted no se cohíba de responderme, ¿ya señora linda?, eso es lo que yo le voy a pedir ¿ya? No se preocupe usted por las respuestas que me vaya a dar, porque definitivamente son confidenciales y sobre todo no es para juzgarla, sino al contrario, es para conocerla un poco más ¿ya señora linda?

M: Ya

E: ¿Ya? Excelente, entonces vamos a comenzar

M: Ya

E: ¿Cuantos hijos tiene señora?

M: Dos

E: ¿De qué edades?

M: Tiene el mayorcito doce.

E: Ya, y Grace que, bueno, Grace es de cinco añitos ¿verdad?

M: Si

E: ¿Ambos pequeños son del mismo papá?

M: Si

E: Usted, ¿actualmente vive con su pareja?

M: Si

E: ¿Son casados o son convivientes?

M: Casados somos.

E: Casados, muy bien. ¿Cuál es el rol que cumple esta persona en la crianza de sus hijos?

M: ¿Yo?

E: El papá, el papá de los pequeños, su pareja, ¿cuál es el rol que cumple en la crianza de sus hijos?

M: Él va a trabajar diario

E: Ya**.** ¿Solamente ese es su rol en la casa?

M: Si, eso es, diario ir a trabajar.

E: Ya, ¿no la apoya a usted con los chicos?

M: No, es que está trabajando en una empresa y no tiene tiempo pe', sábado también trabaja todo el día, domingo también, como tengo deudas y no está en la casa pues.

E: Claro, comprendo.

M: Ajá.

E: ¿Y cuál es su rol y las responsabilidades que tiene usted, como madre, en la crianza de sus hijos?

M: Yo estoy hay veces en la casa y hay veces voy a trabajar, así estoy.

E: Mmm, ya, entonces ¿quién es la persona que, digamos, que asume un poco el rol en la casa, más que todo?

M: Mi hijito no más, mi hijito noma'.

E: ¿Su hijito?

M: Ajá.

E: Ya, su hijito, entonces… comprendo, ¿hay algún otro familiar que tenga un rol predominante en la crianza de sus hijos?

M: No.

E: No, ¿solamente ustedes dos son los que se encargan?

M: Si.

E: Muy bien, ¿cuáles son las labores que tiene a su cargo en el hogar? Señora.

M: ¿Del hogar…? Así... cocinar, lavar y ordenar las cosas, limpieza, eso no más.

E: Mmm, ya, ¿y qué tanto tiempo le dedica a ello?

M: ¿Cómo?

E: ¿Qué tanto tiempo le dedica usted a ello?

M: Cuando está en horas de su clase, ahí me dedico a veces, así cuando me quedo.

E: Mmm, ya, comprendo, eh, ¿cómo se siente usted al respecto con la cantidad o lo difíciles que son, tal vez, estas actividades?

M: Si, hay veces no entendemos, a veces como no he estudiado yo también, a veces… no se puede, es un poco difícil es.

E: Ya, pero muy aparte solamente del tema académico, en general, en todas las actividades o las labores que usted tiene que realizar, ¿cómo se siente usted al respecto con ello?

M: Mmm, bien noma'.

E: Se siente… usted tal vez se siente agobiada, cansada, fastidiada porque son muchas cosas las que tiene que hacer, o no siente nada y simplemente usted, bueno, dice "ya tengo que trabajar y ya ¿no? Lo demás ellos que vean o ¿cómo se siente usted al respecto de ello?

M: No normal, hay veces noma', pero no, normal.

E: Mmm, ya.

M: Ajá.

E: ¿Cuáles son sus hábitos señora? ¿Cómo es su día a día?

M: Día a día, trabajar, a veces estar en la casa, eso no más.

E: Mmm, ya, pero ¿cómo es su día a día? ¿Cómo es? O sea, ¿cuál es su horario en la mañana? Más o menos, aproximadamente ¿no? ¿Hasta qué hora? ¿A qué hora regresa usted a casa? ¿Cómo es su día a día?

M: Ahh, salgo pe' de la casa cinco de la mañana y regreso pues a las seis, cinco y media, a esa hora, tarde.

E: Ya

M: Ajá.

E: Ya, comprendo, ¿ha habido algún cambio, señora, en su estilo de vida, algún cambio en la forma en cómo se está llevando la forma de vida que usted tenía?

M: No

E: ¿Cómo le ha afectado la cuarentena?

M: El cuarentena nos ha afectado, pe' como no van los niños también al colegio, es un poco difícil de diario, celular, celular, un poquito… un poco difícil de esa parte más bien.

E: Mmm, ya, y aparte del tema de los niños, ¿en qué otros aspectos le ha afectado la cuarentena?

M: De su estudio un poco pe', de mi hijo también, de mi hija también, de su estudio no más un poco.

E: Mmm, ya, comprendo, entonces básicamente, entonces a usted, osea, el inconveniente que ha sentido más que todo es por… por, bueno por el tema de la educación de sus pequeños, de ahí la cuarentena ¿no le ha afectado, no le ha causado estrés, molestia, nada?

M: Hay veces pues, están estresados, mi hijo también, mi hija también pe', hay veces, siempre están estresados hay veces.

E: Mmm, ya, ya, comprendo. Ahora, ¿qué tipo de relaciones importantes mantiene usted con personas fuera del hogar?

M: ¿Cómo?

E: Por ejemplo, familiares, ¿qué tipo de relaciones usted mantiene con personas fuera del hogar? Es decir, familiares, amigos. ¿Mantiene algún tipo de relación con estas personas? Me refiero a amicales, ¿no?

M: Ahhh, no.

E: ¿Con ninguna?

M: Ninguna, mis familiares… no, no está, lejos están, no.

E: Ya, comprendo, entonces señora ¿cómo maneja usted sus responsabilidades laborales?

M: Así no más pues, a veces estoy, a veces a mis hijos estoy ayudando, así no más pe' ya, ya estamos en medio año ya, así no más estoy ahí.

E: Mmm ya, ya señora, ¿qué tanta dificultad le produce estas actividades laborales, no, en relación a su familia?

M: ¿Qué dijo?

E: ¿Qué tanta… qué dificultades le produce esas actividades laborales en relación a su familia?

M: No nada.

E: ¿No le produce nada?

M: No.

E: Ya, entonces… pero como… señora linda, yo me refiero a ello dado que, por ejemplo, en este caso quien está asumiendo el rol de la familia es su hijo, no usted.

M: Ah, si.

E: Por eso le preguntaba, si le produce o no le produce alguna dificultad todas las actividades laborales que usted realiza.

M: Ah si, mi hijo es… más que todo mi hijo más ayuda a mi hija.

E: Ya señora, señora usted ¿cómo la hace sentir la experiencia de la crianza de sus hijos? ¿Cómo se siente usted como madre? O ¿Qué es lo que siente usted con todo este proceso de criar a sus pequeños?

M: Un poco… si, un poco es… normal, pero hay veces que así, por las tareas virtuales también un poco difícil es para mí pe', estar diario, no van al colegio también, un poco difícil es, si hay veces me siento.

E: Ya, ya, ¿y usted siente que es la madre que esperaba ser?

M: Si.

E: Entonces, ¿usted siente que es la mamá que usted esperaba ser siempre? Osea usted cree, ¿actualmente cree que es la mamá ideal?

M: Si.

E: ¿Ha sentido usted en algún momento decepción o fracaso respecto a su rol de madre?

M: No.

E: Ya señora. Señora, ¿usted siente interés en las actividades por su niño o en escucharlos, o solamente… o usted piensa que es parte de la rutina que usted tiene que realizar?

M: Si, si me… si me gusta.

E: Ya señora, y en algún momento se ha sentido usted… ¿se ha sentido distante o desinteresada respecto a sus pequeños?

M: No

E: ¿Por qué razón?

M: ¿Si?

E: Le estaba… señora le estaba preguntando si es que en algún momento usted ha sentido, tal vez, se ha sentido distante ¿no? es decir, simplemente ha dicho, "bueno yo tengo que trabajar y ya, ¿no? ya, ya no doy para más, no tengo tiempo" y simplemente ha dejado a sus hijos de lado.

M: No

E: Ah siempre está usted pendiente, entonces, de sus pequeños.

M: Si, hay veces, semanal dos veces, así voy, hay veces… una vez nomás también, mi hijo también tiene hartas tareas y no, no, no dejo mucho.

E: Ya, ¿señora usted presenta algún tipo de enfermedad o complicación de salud?

M: No

E: Ya, ¿no sufre de migrañas, insomnios, ningún tipo de esos… de esas dificultades? ¿No, no presenta?

M: No

E: Ya, señora ¿ha sentido usted ansiedad, preocupación en su hogar?

M: Si, hay veces, así cuando tengo deudas también, que no puedo dejar a mi hijita, hay veces así, siempre hay veces.

E: Claro, comprendo, comprendo, y… bueno, todos estos… todo lo que actualmente se va viviendo, usted se ha sentido, tal vez, no sé, abrumada por todas las…, o agotada por, digamos, por todo lo que pueda estar… todas sus responsabilidades o todo lo que, no sé, necesita hacer, digamos ¿se ha sentido usted abrumada, agotada por esa… ese agotamiento?

M: Si hay veces, pero no, normal estoy.

E: Ya, ¿y se han generado conflictos o discusiones en su familia producto de la situación que tienen en el hogar?

M: No.

E: Ya señora linda.

M: ¿Entonces…?

E: De todas maneras, le agradezco su tiempo y ya nos estaremos comunicando, gracias. Hasta luego.

M: Ya, hasta luego.

Transcripción de la Entrevista a L. C. Z.

L. C. Z. es la madre de Kristofer, **madre N° 4**.

L. C. Z. (M): ¿Aló?

Entrevistadora (E): Aló señora, ya se… se encuentra usted ya con disponibilidad de tiempo.

M: Si

E: Ya. Vamos a realizar esta… bueno, esta pequeña entrevista. Algunas preguntas son, bueno, generales para ver la dinámica familiar y otras son un poco ya más personales ¿ya señora linda?

M: Ya

E: Ya, ¿cuántos hijos tiene usted señora?

M: Uno

E: Ya, ¿vive actualmente con el padre de su hijo?

M: Mmm, no.

E: ¿Tiene una nueva pareja?

M: Ehhh, sí.

E: Ya, él… bueno, en este caso le voy a preguntar por ambos, el papá de su hijo cumple… ah, ¿cuál es el rol que cumple en la crianza de su hijo?

M: ¿Cómo? ¿El rol?

E: El rol que cumple el papá de Kristopher en la crianza, en su crianza.

M: Ahhh, no, ninguno, no se hace responsable.

E: ¿De ninguna forma?

M: De ninguna forma.

E: Ya, y su pareja… su nueva pareja ¿tiene algún rol en la crianza de su hijo?

M: Sí, es prácticamente como su papá, o sea convivimos y pues, yo creo que lo ve como su papá porque a su papá no lo conoce.

E: Uhm, ya, entonces él cumple… en cuanto al rol que cumple este es ¿de qué tipo es? ¿es económico, es un tema de cuidado, de recreación, emocional, acompañamiento, escolar?

M: Si todo.

E: ¿Todos ellos?

M: Sí.

E: Ya, y ¿cuál es el rol y las responsabilidades que tiene usted como madre en la crianza de su hijo?

M: Uhmm, también todo lo que ha dicho.

E: ¿Todo lo anterior?

M: Si.

E: Entonces, ¿ambos comparten las mismas responsabilidades y roles?

M: Si

E: Uhm ya. ¿Hay algún otro familiar que tenga un rol predominan… algún un rol predominante también en la crianza de su hijo?

M: Hay veces que me voy a trabajar y lo dejo con mi papá o mi hermana.

E: Uhmm, ya, entonces también en este caso quienes también tienen influencia en Kristopher serían el papá y la hermana, bueno, ¿su papá de usted y su hermana?

M: Aja, si

E: Ya, ¿cuáles son las labores que tiene a su cargo usted en casa? ¿En el hogar?

M: Ehh, trabajo, pero a veces que estoy en la casa, hace poco he estado en un trabajo y pues ya lo terminé, ya me salí.

E: Ya.

M: Ajá.

E: ¿Y cómo maneja usted sus responsabilidades laborales entonces?

M: Cuando estaba trabajando pue' no… no me estaba quedando en casa y no estaba haciendo nada pues, prácticamente solamente comíamos en la calle, igual al Kristofer le dejaba para que le compren, así.

E: Mmm, y estas responsabilidades laborales, ¿qué tanta dificultad le produjeron o le producen?

M: Uhmm, creo que un poco dificultoso, porque incluso no estaba haciendo sus clases virtuales, porque me estaba yendo a las cinco de la mañana, y no se quiere despertar

porque… yo lo puedo llevar ¿no?, porque normal en mi trabajo me dejaban llevarlo y… pues, como me estaba yendo muy temprano, no quería despertarse entonces lo dejaba.

E: Entiendo ¿y usted cómo se sentía al respecto?

M: Ah pues me preocupaba pue' no, porque he visto que usted ha enviado, las notas, como están cada alumno y está todo rojo, vacío, por eso le escribí también.

E: Mmm ya, claro, sus controles, pero muy aparte del tema de la preocupación por cómo avanza Kristopher, ¿cómo se sentía usted?

M: Uhmm

E: ¿Usted cómo se sentía? No sé, como le digo, dejando de lado un poco el tema de los controles que yo le mandaba, ¿usted como se sentía al respecto?

M: Impotente, que no estoy prestándole atención a mi hijo y por trabajar, y todas esas cosas.

E: Ya, ahora, me indica usted, que mientras usted estaba realizando sus responsabilidades laborales, en casa de alguna manera, no estaba cumpliendo labores en… ¿no tenía a cargo labores en su casa?

M: Sí, eso también, por eso le digo, no estaba haciendo nada en mi casa y me salía temprano y venía tarde también, entonces mi pareja también estaba comiendo en la calle, mi hijo también y así estábamos.

E: Mmm, ya, entiendo, entiendo. Señora linda, ¿cuáles son sus hábitos? ¿Cómo es su día a día?

M: Mmm ¿cómo?

E: Me refiero a ¿cuáles son sus hábitos diarios? ¿Cómo es su día a día?

M: Mmm, pues, levantarme, irme a trabajar y luego regresar y eso, regresaba tarde, como a las ocho, nueve de la noche y tenía que limpiar, ordenar, porque toda mi casa estaba un desastre, porque cuando no está la mamá, nadie ordena.

E: Mmm, entiendo, entiendo. ¿Ha habido algún cambio en su estilo de vida? ¿Cómo le ha afectado la cuarentena?

M: Mmm, pues mucho, económicamente más que todo.

E: ¿Económicamente ha sido más chocante?

M: Si

E: Ya, ¿en la parte, digamos, de la crianza de su hijo?

M: Ehh, también, creo que si también, porque… ¿creo que sabe que mi hijo tiene labio leporino?

E: Claro.

M: Ajá, entonces yo tenía… tengo que hacerle operar, le faltan operaciones y eso también ha atrasado porque tenía que ir para Arequipa, y en Arequipa pues ya no están operando como están… estamos en covid.

E: Claro, entiendo.

M: Han detenido todas las campañas, todo, entonces se está atrasando y al año ya va a entrar a primaria y… no le han operado, no habla, no le entienden y todo eso es frustrante para mí.

E: Mmm y toda esa situación que usted me indica ahora, ¿le ha generado, por ejemplo, algún malestar físico a usted? En el sentido, por ejemplo, dolores de espalda, dolores de cabeza, ¿tal vez por el… esas emociones que está usted sintiendo?

M: Ah, dolores de espalda, si.

E: Entiendo, ¿usted presenta algún tipo de enfermedad o complicación de salud?

M: No.

E: No.

M: Pero si me he estado enfermando y yo creo que de repente por preocupación, no sé.

E: Comprendo, comprendo, señora linda, ¿se ha generado conflictos o discusiones en su familia producto de la situación que vive en su hogar?

M: Mmm, no, lo tratamos de llevar bien, no peleamos mucho, no discutimos mucho o sea no, no somos así.

E: Entiendo, entiendo, ¿usted se ha sentido ansiosa, preocupada?

M: Sí, hay veces que si, o sea ya… llega un punto en que me pongo a llorar porque no sé, osea, me preocupa ¿no? que Kristopher no pueda hablar, también la presión de mis papás de "hazle esto, has aquello", y también he querido llevarle a un centro particular dentista para que le… le quiten, este, las caries, tiene caries.

E: Mmm entiendo, entiendo.

M: Y me dicen que no pueden, por la situación de la pandemia no pueden, este, intervenirlo con sedación al paciente.

E: Y esa situación le ha hecho… bueno, entonces también quiere decir que usted se siente abrumada, agotada.

M: Sí, no… no tengo osea una…

E: ¿Desgano también?

M: Una solución, no hay una solución ahorita hasta que se pase esta pandemia.

E: Claro y ¿todo esto se ha generado…?, o sea toda esta situación que usted me indica ahora, bueno, de alguna manera un poco se ha generado también por el tema de Kristopher, por lo de su labio leporino, más que todo.

M: Si.

E: Entiendo, ¿señora linda, como le hace sentir la experiencia de la crianza de su hijo?

M: Para mi es algo muy difícil, mi único hijo y… mi hermana, mi papá, así me regañan mucho, porque yo vivo con ellos también…

E: Claro.

M: Osea compartimos la misma casa, me regañan mucho, me hablan mucho y… ósea, lo ven pe' ellos diferente ¿no? son más adultos, más experimentados y para mí es difícil, porque es mi primer hijo y nadie nace sabiendo, y además que mi hijo es diferente, más difícil para mí es, es difícil de verdad.

E: Entiendo, claro, entiendo definitivamente, no es una situación tampoco tan fácil ¿no? porque Kristopher también tiene lo del labio y eso, definitivamente, lo ha hecho un poquito más, como quien dice, es un reto un poquito más grande ¿verdad?

M: Si.

E: Entiendo y ¿qué pensamientos le vienen a la cabeza respecto a la crianza? ¿Usted qué pensamientos le vienen a su mente cuando, digamos, yo le hablo sobre crianza de Kristopher?

M: Este, no sé, a veces, ehh es que sí, yo si tengo ayuda en la clínica donde voy es gratuito, pero se me hace difícil económicamente estar viajando para Arequipa y que ahí le dan terapias gratuitas del lenguaje, para que pronuncie bien, así sea que su paladar todavía no está operado, puede pronunciar, así, entonces…

E: Entiendo.

M: Estamos más o menos viajando así, pero como tengo que trabajar también, no tengo mucho dinero, económicamente estoy mal, porque también, este… me paso un accidente el año pasado.

E: Ya.

M: Un auto que alquilamos, entonces eso también nos ha… nos ha dejado peor mal económicamente.

E: Comprendo, señora linda, comprendo, usted señora linda, ¿siente que es la madre que esperaba ser?

M: Mmm, yo creo que más o menos, porque yo soy muy… muy calmada, o sea yo a mi hijo lo trato con amor, osea de mi familia de mí no hay problemas, no hay gritos, no hay malos tratos, entonces soy muy… yo creo que si soy muy buena madre, pero me parece que soy muy permisiva, no sé que será permisiva, no le pongo un no a mi hijo, osea todo es sí, todo es si, es que… osea, yo siento que como yo a mi hijo le he traído mal al mundo, entonces me siento como culpable, no quiero golpearlo, no quiero decirlo no a esto, no a aquello y también que está mal.

E: Entiendo, entonces ¿usted siente decepción o fracaso respecto a su rol de madre?

M: No, yo pienso que, yo estoy haciendo bien, no creo que me salga mal mi hijo.

E: ¿Y hay algo en específico en lo que sienta haber fallado?

M: Solamente en que, talvez puedo hacer más al respecto, a que… esforzarme más para que se opere, porque creo que ha sido mi culpa por estar más trabajando y no haberle llevado a sus terapias, o hacer… haberle hecho que le operen más antes que pasara esta pandemia.

E: Entiendo, entiendo, señora linda ¿usted se ha sentido en algún momento un poco distante o desinteresada respecto a su hijo?

M: Si.

E: Sí ha sentido, ¿por qué…?

M: O sea, cuando no le… no le hago hacer sus clases, no sé.

E: Comprendo, comprendo, señora linda siente… bueno, ¿usted se siente interesada en las actividades o lo que le comunica su hijo? O siente, bueno, siente que es parte del cuidado y la rutina que usted debe cumplir como mamá.

M: Yo pienso que si es importante, que debería estar enseñándole sus clases y, muy aparte también, yo misma enseñándole, acompañando.

E: Claro, pero mi pregunta va más referida a si usted se siente interesada en las actividades y la comunicación con su niño, o siente que es parte de la rutina y de aquello que usted tiene que hace como mamá.

M: No, es importante, que haga sus clases para que aprenda pe’ ¿no?

E: Entiendo, entiendo, señora linda ¿qué tipo de relaciones importantes mantiene con personas fuera del hogar?

M: Mmm, no con nadie, solamente en mi trabajo, las personas que ahí están, trabajamos.

E: Mmm ya, ¿entonces no tiene salidas o reuniones con otras personas ajenas a su familia?

M: No

E: Entiendo, entiendo, señora linda, me gustaría que usted me diga ¿qué características considera que tiene una buena mamá?

M: Una buena mamá es…, no sé… que trabaje por sus hijos y… que les haga estudiar.

E: Ya, y ¿qué características considera usted que tiene una mala mamá?

M: Pues todo lo contrario ¿no? que no los ponga a estudiar, y que… que no les importa ¿no?

E: Entiendo, comprendo, señora linda, ¿en algún momento usted ha sentido arrepentimiento de haber sido madre?

M: Mmm, si.

E: Y actualmente, ¿hay momentos en los que se siente arrepentida de ser mamá?

M: No.

E: No, ya ¿y por qué ocurrió el haberse sentido en algún momento arrepentida de ser mamá?

M: Porque, como le digo, me siento impo… no me siento capaz de poder sacarlo adelante, como es un niño… osea, no es un niño que ha nacido sano, por desesperaciones, por hacer todo ello, se me hace difícil la verdad.

E: Entiendo, comprendo, la entiendo señora linda, bueno señora linda, hemos terminado, le agradezco el que usted me haya brindado su tiempo, también le agradezco que me haya… haya sido sincera conmigo, y bueno, si es que encontrara yo por ahí alguna cosita yo ya se la hago llegar ¿ya señora linda?

M: Ya, gracias.

E: Muchas gracias, cuídese mucho. Hasta luego, gracias.

M: Hasta luego.

Transcripción de la Entrevista a L. E. C. L.

L. E. C. L. es la madre de Vanessa, **madre N° 5**.

L. E. C. L. (M): ¿Aló sí?

Entrevistadora (E): Aló señora linda, buenos días, ¿cómo está usted?

M: Aquí, bien nomás.

E: ¿Está usted ocupada, muy ocupada?

M: ¿Ahorita?

E: Si.

M: ¿Un rato o…?

E: Quiero… me demorare unos 20 minutos.

M: Ya.

E: Ya, señora linda, la estaba llamando para hacerle una… bueno voy a hacerle algunas preguntitas y quiero que usted me responda con toda la sinceridad posible, ¿ya señora linda? Incluso algunas preguntas que yo le voy a hacer son de tema, un poco… osea son bastante sensibles en el sentido de que... ehh, ya se va a dar cuenta usted cuando yo se las realice, entonces lo que yo le voy a pedir es que usted trate de responderme lo más sincera… lo más sinceramente posible y, en la media de lo posible, no piensa usted que "ay, la miss que va a pensar de mí ¿no? cómo voy a responder yo eso", no, no quiero que piense usted eso, sino al contrario quiero que trate de ser lo más sincera posible, ¿podrá ser, señora linda?

M: Si, normal.

E: Ya está, excelente, entonces… a ver, voy a hacerle primero algunas preguntas que son, bueno, un poquito generales… que son… así que voy a comenzar.

M: Ya.

E: La primera que le voy a hacer es ¿cuántos hijos tiene usted actualmente?

M: Dos.

E: ¿De qué edades son?

M: De seis y uno de un año, con cuatro meses.

E: Ah ya, son… ¿ambos hijitos…? Me parece… bueno yo recuerdo que usted me dijo que Vanessita era de otro compromiso ¿verdad?

M: Si

E: Ya, y el bebé es del actual compromiso ¿sí?

M: Si

E: Muy bien, y ¿cómo se lleva usted con el papá de Vanessita?

M: Ah, tranquilo, no tan bien.

E: No tan bien, y él ¿toma partido dentro de la… lo que es la… lo que es el ámbito de Vanessa o no toma ningún partido?

M: No, por a… antes si, si antes que estaba así, si pasaba, pero por ahora no, toda la pandemia no, todo casi… casi un año, ya no.

E: Mmm ya.

M: Yo estoy que le llamo porque donde él vive no, no hay línea y no puedo llamar, y a veces cuando yo le llamo "que no tengo", me tiene así hasta ahorita, tampoco no me ha…

E: Comprendo. ¿Actualmente usted vive con el padre de sus hijitos? Osea, perdón, vive con él… claro, con su nueva pareja, ¿usted vive?

M: Sí.

E: Ya, y ¿cuál es el rol que cumple esta persona en la crianza de sus hijos?

M: Mmm no, está ahí bien, siempre ahí, compra… a los dos, así.

E: Ya, osea su rol del papá… del papá osea su pareja actual, con ambos hijos, no solamente con Vanessita, sino de ambos porque yo quiero ver un poco el contexto familiar completo, ¿ya señora linda? Entonces las preguntas que yo le voy a hacer no solamente usted las oriente a Vanessa, sino al contexto familiar completo ¿ya señora linda?

M: Ya.

E: En este caso, el papá, bueno osea su pareja actualmente, ¿solamente cumple un rol digamos de… de sustento económico? o también, por ejemplo, cumple el rol de ayudarles en sus tareas, estar presente, ver la parte emocional de los… de sus dos hijos, apoyarla a usted, ¿cuál es el rol que cumple su pareja actualmente en la crianza de sus hijos?

M: Así, economía nomás, en este caso como no siempre para él en la casa y yo nomás.

E: Ya. Ya, entonces, ¿el mayor rol entonces en casa es de usted?

M: Si.

E: Ya, y entonces llevando a colación esta pregunta, ¿cuál es la… cuáles son las responsabilidades que usted tiene como madre en la crianza de sus hijos? ¿Cuál es su rol?

M: Yo, siempre aquí cuidando a mi hijito y aquí, estando con mi hija, enseñándole, a veces que no, no quiere hacerlo, en eso... en la mañana, nosotros no trabajamos.

E: ¿Y usted trabaja?

M: No, no, no trabajo, pues estoy con mi hija, mi hijita no… no puedo fácil, a mi hijito no hay… no tengo a quien dejarlo y en sus estudios no… no lo quiere hacer solita.

E: Ah ya, entonces ¿usted no trabaja bajo ninguna circunstancia o sale esporádicamente?

M: Nada.

E: Ya, ya, ¿hay algún otro familiar, bueno, que tenga algún rol en la crianza de sus pequeños o solamente usted y su esposo?

M: Yo y mi esposo nomás.

E: Ya, ¿cuáles son las labores que tiene a cargo usted en el hogar?

M: Y a… aquí en la casa, enseñando a mi hija y cocinando, nada más.

E: Ah ya, enseñando a sus hijos, cocinando y cuidándolos, por decirlo así.

M: Si.

E: Ya y… usted que… por ejemplo, usted el tiempo que le dedica a ellos, bueno, ¿todo el día o hay algún tiempo qué usted le dedique a su propia persona? Digamos, a sentarse usted y relajarse.

M: Ah sí, un rato, siempre a veces voy y casi no me… un rato.

E: Ah, muy poquito tiempo.

M: Si.

E: Y usted ¿cómo se siente al respecto con todas esas responsabilidades que tiene en casa?

M: Todo bien, solo más que todo nomás que… mi hijita no me entiende, eso que le quiero… no quiere hacer, en eso más que todo.

E: ¿Y eso cómo la hace sentir a usted?

M: Un poco, a veces me hace… me siento cansada.

E: Ya, ¿cansada, molesta?

M: Si.

E: Ya.

M: Aten… no me toma atención, eso, no quiere.

E: Claro, comprendo, comprendo. ¿Cuáles son sus hábitos señora linda? ¿No? Cómo es… me gustaría que usted me cuente cómo es su día a día, qué es lo que hace desde que usted se levanta hasta que anochece. ¿Cuáles son sus hábitos frecuentes?

M: No, así como si nada lavando ropa se me pasa, en eso… limpieza, en eso nomás, a veces… salgo un rato por ahí, así paseando… jugar ahí porque están en eso… aburridos, más que todo se me pasa la hora y media enseñándole, y ella más que todo ¿no?

E: Claro.

M: No quiere, en eso más que todo.

E: ¿Cómo le ha afectado a usted la cuarentena, señora linda, señora Lorenza?

M: Ahí, más o menos, casi… casi.

E: No, no solo en la parte económica sino en todo el aspecto, ¿cómo le afectó la cuarentena a usted?

M: Ah, no ta… bien nomás.

E: Ya, osea no… no le causó ningún estrés, fastidio… ah, un poco de ansiedad por el tema de esto, de los medios de la… que fue por un cambio repentino, osea simplemente usted lo paso y no hubo ningún tipo de estos cambios.

M: No.

E: Ya, ¿tiene usted algún tipo de relaciones importantes, bueno, fuera del hogar? ¿O solamente usted y su esposo es para todo lado?

M: No.

E: Ya, señora… señora Lorenzita, usted me ha dicho entonces que, osea, esto de la pandemia, bueno muy aparte del tema de la salud, como le digo, no la ha afectado en ningún aspecto emocional, osea no le ha hecho causar estrés, incertidumbre…

M: Si, más me ha afectado porque justamente ahí estaba dando a luz, pero más que todo Navidad, ya después de Navidad ya me chocó que no podía… eso.

E: Ya, ya, ya. ¿No se ha sentido…? Ah, usted ha sentido, bueno, no solamente en éste… por la…en esta circunstancia, ¿ha sentido ansiedad, preocupación por la situación de su hogar?

M: Si.

E: ¿En qué sentido?

M: Me he preocu… más que todo por mi hijita que no… no podía, este... por sus... por ella más que todo porque no tenía, no…por la cuaren… como veía que no, casi no, le faltaba y no podía.

E: Claro, comprendo, ¿se ha sentido deprimida, triste, desganada también?

M: Si.

E: ¿Y qué es lo que la ha llevado a ello? ¿También el tema de no poder, tal vez, enseñarle todo lo que quisiera a Vanessa u otros temas?

M: Si, más que todo ella porque no, yo pensé que… con su agenda me dice "quiero que me enseñe mi profesora, que me lleves tú" ¿no?

E: Claro.

M: Y quería que ella entre para que si, siempre, diario este con sus compañeritos, eso más que todo.

E: Ya, y esta incertidumbre que usted me manifiesta, tal vez usted ha sentido que le ha generado, no sé, algún malestar o alguna complicación en su salud, digamos, por este estrés que ha sentido usted.

M: No.

E: ¿No le ha generado ningún dolor de cabeza, ganas de dormir, no sé, a veces un poco de desatención, nada de ese tipo?

M: No.

E: ¿Y en casita le ha generado algún conflicto o discusión con… con su pareja?

M: Ah no.

E: Ya está, y ¿hay en casa discusiones con el esposo? Aparte…

M: No.

E: No solamente por la cuarentena, sino en general.

M: No.

E: No hay, ya. Señora Vanessa, ¿cómo le ha… cómo le hace sentir la experiencia de la crianza con sus hijos?

M: Ay, si bastante, de verdad.

E: ¿Cómo le hace sentir? ¿Cómo la hace sentir a usted? ¿La hace sentir muy feliz o hay momentos en los que usted se siente… se arrepiente de haber tenido hijos? Por eso le decía, bueno, ahora si son preguntas un poquito más sensibles y, bueno, no quiero que

usted, como le vuelvo a repetir, piense que yo la voy a juzgar por ninguna razón, no va a ocurrir eso, al contrario, lo que yo les estoy haciendo estas preguntitas es tal vez para poder incluso orientarlas o ayudarlas si es que es necesario, pero no se sienta mal porque no es la primera mamá con la que hablo, entonces por eso le estaba…le decía, son preguntitas un poquito sensibles, y bueno, llevando a colación le estaba preguntando si usted tal vez en algún momento ha sentido, no sé, se ha sentido pues… impotente y a… y a prefe… tal vez ha pensado ¿no? mejor no hubiera tenido hijos y hubiera sido más tranquila.

M: Ah, en eso… en eso si.

E: ¿Y que la llevó a pensar eso?

M: Eso más que todo mi hijita mayor porque ella no ha… no ha sido, así de una persona que he estado… que sea feliz, pienso en que… más que todo porque veo que a veces no se puede enseñar, ay es difícil enseñar, la verdad, en eso si me he… he sentido eso.

E: Mmm ya.

M: Por ejemplo, ahora no puedo trabajar, así ya.

E: Ah ya, ya, y por lo que no ha sentido usted… no tenía apoyo, por decirlo así.

M: Si, sí.

E: Ah ya, entonces con su hijita mayor si ha llegado, entonces, a sentir ese tipo de incertidumbre, molestia, fastidio, arrepentimiento, todas esas emociones.

M: Si

E: Ya, y actualmente me dice usted que ya no ¿no? Por lo que está… tiene usted su pareja que de alguna u otra manera la afec... la apoya, perdón.

M: Si.

E: Ya, señora linda y usted… le ahora… la siguiente pregunta es ¿usted qué pensaba…? A ver si yo le pregunto a usted ¿cuáles son las características de una…?, digamos, de una mamá que… de una super mamá, por decirlo así, usted, ¿cuál piensa que son las características de una supermamá? De una mamá osea que, no sé, que cría a sus hijos muy bien, que sus hijos están muy… osea que, o de lo que es una buena mamá, mejor, ahí está la pregunta, ¿usted cuál piensa que son las características de una buena mamá?

M: Bueno, que esté aquí con su mamá, osea que le cuide bien, que esté con él, que les enseñe, que esté aten… le hacen caso.

E: Ya, ya, muy bien. Señora linda usted, eh, ¿usted piensa que el cuidado de sus hijos es solo parte de una rutina? O son las actividades que se deben de hacer, por el simple hecho de tener, bueno, los pequeñitos ¿no? osea ¿cómo piensa usted que…? ¿Usted a qué le atribuye el cuidado de sus hijos? A una rutina o a par… o digamos a lo que, no sé, es algo que nace de usted como mamá.

M: Ah si, a una… que siempre pue' este ahí con él.

E: Como una rutina.

M: Si.

E: Ya, muy bien. En algún momento, señora Lorenza, ¿usted se ha sentido, tal vez, un poco distante o desinteresada respecto a sus hijos? Osea, por ejemplo, en el caso de Vanessa o de su otro pequeño, ya llegó un momento en el que se cansó y dijo "ya no quiero saber nada".

M: Ah, en eso si, a veces por cólera por qué no me toma atención y a veces no me entiende, no me hace caso, y así de cólera si hablo esas… hablo de que "no estudias" le… así, de cólera.

E: Claro.

M: Y después ya no.

E: Ah ya, ya. Muy bien, señora Lorenza. Señora Lorenza, ¿usted siente que es la mamá que esperaba ser?

M: No.

E: ¿En qué sentido? ¿Me puede explicar un poquito acerca de ello?

M: Que no… que no a veces, no, siento que no estoy… que no me entiende…

E: Ya, ya señora Lorenzita, tranquila, no se preocupe. Entonces, también, pienso que también ha sentido entonces, ¿siente usted decepción o fracaso respecto a su rol como madre en algunos momentos?

M: Si, a veces pienso, pienso que no soy la mejor mamá, no puedo, a veces, a veces si, a veces.

E: Ya, y usted, ¿hay algo en específico en lo que siente haber fallado?

M: Si

E: ¿En qué?

M: Así por… por no haber… haber sido, pienso, así que me yo misma puedo hacer algo y que no, que no me había dado… no me dado cuenta de las cosas que pasaban.

E: Ya, ya, ya señora Lorenzita, comprendo señora Lorenzita, entonces, bueno usted… como usted sabe señora Lorenza, en la familia a veces las cosas suceden de improviso, muchas cosas a veces los papás, como dicen ¿no?, ningún papá nace sabiendo, todos aprenden en el camino, entonces cuando a veces sintamos esos sentimientos de frustración, molestia, un poco de… de pensar que tal vez uno está fallando, hay que respirar y si aún… y tratar de calmarnos y pensar en eso que le estoy diciendo, que no

siempre nadie nos enseña a ser padre y si tal vez necesita algo de ayuda hay que buscarla, entonces yo voy a buscar también, voy a ver si les consigo números telefónicos, tal vez de algunos psicólogos, para que ustedes puedan llamarlos y conversar si es que en algún momento lo necesitan, ¿ya señora Lorenza?

M: Ya, ya.

E: Pero, tranquila señora Lorenzita, tranquila, Vanessita ha avanzado bastante bien, es una niña muy hábil, entonces tranquila señora Lorenzita ¿ya? Lo está haciendo bien, no se preocupe, lo está haciendo bien, ¿ya señora Lorenzita?

M: Ya.

E: Ya, así que usted tranquila, nada más señora Lorenza. Muy bien señora Lorenzita, entonces hemos terminado con ello señora Lorenza ¿ya? Nos estamos… yo las voy a estar llamando ya, pero para otros temas más adelante, ¿ya señora Lorenza?

M: Ya miss.

E: Cuídese mucho, gracias, hasta luego.

M: Gracias a usted.

E: No se preocupe, hasta luego.

M: Ya, igual.

Categoria	Madre	Respuesta	Palabra clave	Subcategoría
Dinámica familiar	1	No, mi hija mayor no es de él, es de otro compromiso. Él no es tan cariñoso, es muy… no sé cómo, a las antiguas, creo, como en la sierra, así. Él nada le visto, solo trabaja, solo da, pagar la mesa para comer, esas cosas, no le hace faltar materiales, todas esas cosas, pero menos en la tarea, no le acompaña en reuniones, nada quiere saber.	• Padre/padrastro • Proveedor • Acompañamiento	**Rol de padre/pareja en la crianza**
	2	¿sus dos pequeñitos son de un mismo compromiso? M: Si. Eh…mmm… Bueno… aporta el dinero y bueno… en algunas otras cosas ¿no? Bueno, cuando digamos… hay algún trabajo para hacerlo, él ayuda Bueno en lo emocional también está con ellos, osea… también en lo emocional.		
	3	¿Ambos pequeños son del mismo papá? M: Si Él va a trabajar diario ¿Solamente ese es su rol en la casa? M: Si, es solo eso, diario ir a trabajar. ¿no la apoya a usted con los chicos? M: No, es que está trabajando en una empresa y no tiene tiempo pe', sábado también trabaja todo el día, domingo también, como tengo deudas y no está en la casa pues.		
	4	su nueva pareja ¿tiene algún rol en la crianza de su hijo? M: Sí, es prácticamente como su papá, o sea convivimos y pues, yo creo que lo ve como su papá porque a su papá no lo conoce un tema de cuidado, de recreación, emocional, acompañamiento, escolar? M: Si todo.		
	5	Ah ya, son… ¿ambos hijitos…? Me parece… bueno yo recuerdo que usted me dijo que Vanessita era de otro compromiso ¿verdad? M: Si Mmm no, está ahí bien, siempre ahí, compra… a los dos, así. Así, economía nomás, en este caso como no siempre para él en la casa y yo nomás		
	1	Yo más bien, todo lo que yo puedo les apoyo a mis hijos, a veces juego con ellos, les llevo al parque, sus tareas lo veo, en todo, más que todo a mis hijos, todo lo que yo puedo. También voy a trabajar, así.	• Proveedora	
	2	Bueno yo soy la que… mayor parte ¿no? la paso con ellos… este…eh, igual ¿no? que mi esposo también, estoy con ellos en lo emocional y también en su educación. De todo me encargo yo. Eh… sí, claro, compartimos algunos roles, pero mayormente yo porque como él trabaja, este…yo mayormente paso más tiempo con ellos.		

	3	Yo estoy hay veces en la casa y hay veces voy a trabajar, así estoy ¿Qué tanto tiempo le dedica usted a las labores en casa? Cuando está en horas de su clase, ahí me dedico a veces, así cuando me quedo. Si, hay veces no entendemos, a veces como no he estudiado yo también, a veces… no se puede, es un poco difícil es.	• Acompañamiento educativo • Acompañamiento emocional	**Rol de la madre en la crianza**
	4	Uhmm, también todo lo que ha dicho Mmm, pues, levantarme, irme a trabajar y luego regresar y eso, regresaba tarde, como a las ocho, nueve de la noche y tenía que limpiar, ordenar, porque toda mi casa estaba un desastre, porque cuando no está la mamá, nadie ordena.		
	5	**Y**o, siempre aquí cuidando a mi hijito y aquí, estando con mi hija, enseñándole, a veces que no, no quiere hacerlo, en eso... en la mañana, nosotros no trabajamos.		
	1	Mi hija mayor me ayuda con el Snayder a veces, cuando yo voy a trabajar ella se queda con…, bajo responsabilidad de ella. Mayormente ella se queda, a veces yo dos veces a la semana así nomás me quedo, mayormente la que se queda es ella.	• Abuelos • Tíos • Hijo mayor	**Rol de otro familiar en la crianza**
	2	Eh no, solo nosotros.		
	3	¿Quién es la persona que, digamos, que asume un poco el rol en la casa, más que todo? M: Mi hijito no más, mi hijito noma' ¿hay algún otro familiar que tenga un rol predominante en la crianza de sus hijos? M: No.		
	4	Hay veces que me voy a trabajar y lo dejo con mi papá o mi hermana.		
	5	Yo y mi esposo nomás.		
	1	En la mañana yo me levanto tempranito a las cuatro de la mañana a cocinar, hago desayuno para que mi esposo se vaya a trabajar, a veces yo me quedo, si me quedo yo hago desayuno a mis hijos, les hago lavar primero sus dientes a todos cuando yo estoy en la casa, después desayunan, después hacen sus cosas, sus camas tienden, les meto… todavía no pueden, yo les meto la cama, todo le hago lavar para que vean "Aprendo en casa", así, que esté al tanto de su tarea. Estos días estuve… estos días estuve en la casa con ellos, no he ido a trabajar, toda la noche nomás estábamos queriendo (inentendible 07:58) sus clases, todas esas cosas, estuve con ellos explicándoles cómo era, todas esas cosas. Cocino almuerzo… cocinamos almuerzo con mi hija, "Hay que hacer" le digo, "para que aprendas a cocinar" le enseño a cocinar así a mi hija, lavamos ropa, mi hijo también ayuda, con su hermanita juega para que ya no moleste, así.		

	2	Bueno, en la mañana me levanto, este…hago, ah… para hacer el desayuno, ya, preparo el desayuno, levanto a mis hijos, este… desayunamos, eh… bueno, ayudo en sus clases, luego…este, me preparo para hacer el almuerzo, almorzamos, después hacemos las tareas, eh…de ahí… ¿qué más? En la tarde, pues ya viene ¿no? la cena y, ya pue', a dormir después de eso, más o menos esa es mi rutina. Entiendo, entiendo, entiendo, entiendo. Y… prácticamente, según lo que usted me ha narrado ¿cuánto tiempo le destina usted a todas sus responsabilidades en el hogar? M: Todo el día casi. Si, mayormente paso el tiempo con ellos.	• Labores domésticas • Educación • Cuidado general	**Distribución de labores en el hogar**
	3	¿Del hogar…? Así... cocinar, lavar y ordenar las cosas, limpieza, eso no más. Ahh, salgo pe' de la casa cinco de la mañana y regreso pues a las seis, cinco y media, a esa hora, tarde. Un poco… si, un poco es… normal, pero hay veces que así, por las tareas virtuales también un poco difícil es para mí pe', estar diario, no van al colegio también, un poco difícil es, si hay veces me siento.		
	4	Ehh, trabajo, pero a veces que estoy en la casa, hace poco he estado en un trabajo y pues ya lo terminé, ya me salí. Haciendo nada pues, prácticamente solamente comíamos en la calle, igual al Kristofer le dejaba para que le compren, así. Uhmm, creo que un poco dificultoso, porque incluso no estaba haciendo sus clases virtuales, porque me estaba yendo a las cinco de la mañana ... Mmm, pues, levantarme, irme a trabajar y luego regresar y eso, regresaba tarde, como a las ocho, nueve de la noche y tenía que limpiar, ordenar, porque toda mi casa estaba un desastre, porque cuando no está la mamá, nadie ordena.		
	5	No, no, no trabajo, pues estoy con mi hija, mi hijita no… no puedo fácil, a mi hijito no hay… no tengo a quien dejarlo y en sus estudios no… no lo quiere hacer solita Ah ya, enseñando a sus hijos, cocinando y cuidándolos, por decirlo así. No, así como si nada lavando ropa se me pasa, en eso… limpieza, en eso nomás, a veces… salgo un rato por ahí, así paseando… jugar ahí porque están en eso… aburridos, más que todo se me pasa la hora y media enseñándole, y ella más que todo ¿no?		
	1	Si, he visto que varias, varias así, conocidas han fallecido, desde ahí me puse triste, en verdad… me están… si me he preocupado de eso. Si, más me preocupaba "si algo me pasa ¿qué van a hacer mis hijos?", más que todo de mi hija mayor me he preocupado, ya está grandecita muchas cosas le pueden pasar, si algo me pasa a mí, de eso si me he preocupado bastante. También de mis hijos que no van al colegio, ¿cuándo van a aprender? En la casa no es siempre igual. Otra es presencial, ahora en tele nomás pienso que no aprenden nada, de eso si me preocupo.		

Causas del Burnout Parental	**2**	Bueno… en… bueno a mí, por ejemplo, no me gusta salir mucho, osea, si me gusta estar en mi casa, osea en ese sentido no… no me ha afectado, no… a mí casi no mucho me… me ha afectado.	• Afectación económica • Afectación a la salud • Afectación emocional • Preocupación por la educación	**Cambios negativos en el estilo de vida (cuarentena)**
	3	El cuarentena nos ha afectado, pe' como no van los niños también al colegio, es un poco difícil de diario, celular, celular, un poquito… un poco difícil de esa parte más bien. ¿en qué otros aspectos le ha afectado la cuarentena? M: De su estudio un poco pe', de mi hijo también, de mi hija también, de su estudio no más un poco. Hay veces pues, están estresados, mi hijo también, mi hija también pe', hay veces, siempre estamos estresados hay veces.		
	4	Mmm, pues mucho, económicamente más que todo. Ajá, entonces yo tenía… tengo que hacerle operar, le faltan operaciones y eso también ha atrasado porque tenía que ir para Arequipa, y en Arequipa pues ya no están operando como están… estamos en covid. Han detenido todas las campañas, todo, entonces se está atrasando y al año ya va a entrar a primaria y… no le han operado, no habla, no le entienden y todo eso es frustrante para mí. Estamos más o menos viajando así, pero como tengo que trabajar también, no tengo mucho dinero, económicamente estoy mal, porque también, este… me paso un accidente el año pasado.		
	5	Si, más me ha afectado porque justamente ahí estaba dando a luz, pero más que todo Navidad, ya después de Navidad ya me chocó que no podía… eso. ¿ha sentido ansiedad, preocupación por la situación de su hogar? M: Si.		
	1	Solo estoy a veces muy dolida y triste porque hace tres meses atrás mi hermano ha fallecido. Mi hermano era bien querido para mí, él era todo para mí. Mis hijos también le querían bastante, cuando venía ¡uhh! le jugaba con el Snayder, jugaba fútbol, le enseñaba a jugar, así. Siempre venía a visitarme. Tengo mis amigas que años nos conocemos, desde que mi hija era… desde mi hija mayor que era pequeña desde ahí nos conocemos y yo también a sus familias, así, pero somos amigos, vamos a cocinar a su casa, ellos vienen a mi casa a cocinar, así. A veces, digamos, una vez al mes será, a veces en sus cumpleaños nos cocinamos, así, así nomás, no es frecuente. Tengo mis hermanos también, pero no nos llevamos muy bien que digamos. A veces también con ellos vienen a cocinar, vienen a visitarme, así nomás nos cocinamos, y ahí nomás.		

	2	No, no suelo… no suelo ser de mucho, osea, de compartir, de salir. Bueno, más antes de la pandemia, cuando no había la pandemia ¿no? Igual, yo no… no era de ir a compromisos y esas cosas, de salir con otras personas aparte de mi familia, no. Ahí sí, con personas… con familiares, si se ir a reuniones … si, algo así, una vez, dos veces al mes.	• Amigos • Familiares	**Red de apoyo**
	3	¿qué tipo de relaciones usted mantiene con personas fuera del hogar? M: Ahhh, no. E: ¿Con ninguna? M: Ninguna, mis familiares… no, no está, lejos están, no		
	4	También la presión de mis papás de "hazle esto, has aquello", y también he querido llevarle a un centro particular dentista para que le… le quiten, este, las caries, tiene caries. mi hermana, mi papá, así me regañan mucho, porque yo vivo con ellos también… Osea compartimos la misma casa, me regañan mucho, me hablan mucho y… Mmm, no con nadie, solamente en mi trabajo, las personas que ahí están, trabajamos.		
	5	Yo y mi esposo nomás		
	1	Yo me voy a trabajar, les dejo su comida para el desayuno, igual las otras comidas para que coman, les dejo su horario "Tal hora van a comer esto, tal hora sus frutas", dejo su yogurt, "tal hora van a comer", les llamo por teléfono "¿ya han comido?", preguntando qué están haciendo, así. Entonces, almuerzo también les dejó y mi hija calienta y comen eso, y en la tarde yo llego a las cinco, llego, hago la cena, les hago sus tareas, así. Si, si, yo siempre llamo, ella tiene su teléfono y yo siempre estoy llamando.	• Trabajo fuera del hogar • Trabajo en el hogar • Trabajo eventual	**Equilibrio entre responsabilidades familiares y laborales**
	2	Yo no trabajo, solo me dedico a mi casa.		
	3	Yo estoy hay veces en la casa y hay veces voy a trabajar, así estoy. Así no más pues, a veces estoy, a veces a mis hijos estoy ayudando, así no más pe' ya, ya estamos en medio año ya, así no más estoy ahí. ¿Del hogar…? Así... cocinar, lavar y ordenar las cosas, limpieza, eso no más. Ahh, salgo pe' de la casa cinco de la mañana y regreso pues a las seis, cinco y media, a esa hora, tarde. Si, hay veces, semanal dos veces, así voy, hay veces… una vez nomás también, mi hijo también tiene hartas tareas y no, no, no dejo mucho.		

	4	Estamos más o menos viajando así, pero como tengo que trabajar también, no tengo mucho dinero, económicamente estoy mal, porque también, este… me paso un accidente el año pasado. Sí, eso también, por eso le digo, no estaba haciendo nada en mi casa y me salía temprano y venía tarde también, entonces mi pareja también estaba comiendo en la calle, mi hijo también y así estábamos.		
	5	Por ejemplo, ahora no puedo trabajar, así ya. Y a… aquí en la casa, enseñando a mi hija y cocinando, nada más		
	1	Si, dolores de cabeza si he tenido fuertes, a veces, me he comprado una pastilla "será migraña" dije, me tomé y he estado bien.	• Dolores de cabeza • Dolores de espalda • Trastornos de sueño	**Afectación a la salud física**
	2	Mmm, bueno a veces, como que no puedo dormir, es lo único ¿no? Dolor, haber, en la parte de la espalda.		
	3	----		
	4	Ah, dolores de espalda, si.		
	5	No		
	1	Solo estoy a veces muy dolida y triste porque hace tres meses atrás mi hermano ha fallecido. Comprendo, comprendo. Señora linda, usted sufre… ah bueno, perdón, ¿ha sentido…? Mejor dicho… aunque ya me mencionó que ha sentido ansiedad, depresión también ¿verdad? M: Si. E: ¿Agotamiento, cansancio también? M: Si, siempre.	• Ansiedad • Depresión • Irritabilidad	**Afectación a la salud psicológica**
	2	No, no, no, osea yo me suelo enojar, pero se me pasa rápido ¿no? Eso me pasa cuando, digamos… ah, es que, el problema es que a veces, digamos, me pasa algo… digamos tengo que viajar o voy a hacer algo, no sé, digamos al día siguiente tengo que hacer algo, cualquier cosa, no puedo dormir. Mhm (sonido de afirmación), sí. Ansiedad y algo de tristeza. ¿se ha sentido usted abrumada? M: Si.		
	3	¿ha sentido usted ansiedad, preocupación en su hogar? M: Si, hay veces, así cuando tengo deudas también, que no puedo dejar a mi hijita, hay veces así, siempre hay veces. ¿se ha sentido usted abrumada, agotada? M:Si hay veces, pero no, normal estoy		
	4	Sí, hay veces que si, o sea ya… llega un punto en que me pongo a llorar porque no sé, osea, me preocupa ¿no? que Kristopher no pueda hablar Una solución, no hay una solución ahorita hasta que se pase esta pandemia.		

Consecuencias del Burnout Parental	**5**	¿ha sentido ansiedad, preocupación por la situación de su hogar? M: Si.		
	1	Yo le hablado a mil maneras, no seas así, tus hijos crecen, cuando seas viejo también así van a ser contigo. Le hablo pues yo, entonces él no entiende. Si, a veces me canso y reniego, yo nomás reniego, a veces más que todo es con mis hijos, si yo… yo si voy a (inentendible 10:10) yo si me desquito con mis hijos, estoy cansada, llego, tengo calor, no está lista la cena, entonces tampoco no me puedo aprovechar a mi hija que lave el servicio, ella ya lo hizo, entonces ella no, no quiere hacer. Entonces llega mi esposo, "ni siquiera lavas el servicio", así le digo, él viene cansado, "yo también llego cansada" le digo, a veces, de ahí discutimos, así. A veces me siento muy cansada, a veces pienso "preferiría separarme de mi pareja para ya no estar mirando a él, ya no más ya", digo, no sé a veces que pensar… como yo no tengo ayuda de él, ni sus tareas le puede enseñar, le digo a veces, de buenas le digo "enséñale a tu hijo siquiera… un día siquiera en tu vida enséñale su tarea, explica" le digo, "¡ya, trae, trae!" y le grita pues, entonces a mí no me gusta que le grite, que le hable bonito, que le enseñe bonito, como papá. A veces siento que no, porque a veces se me pasa la mano y les grito y yo pienso que no debo gritar a mis hijos, tengo que hablarles, no sé…este… enseñarles hablando pues, a veces no sé me altero y les grito, entonces mejor no… "yo no merezco ser madre" a veces pienso yo misma. A veces cuando me hace renegar les doy pues sus cueras, de ahí pienso que yo fallo pues.	• Conflictos con la pareja • Conflictos con los hijos • Violencia	**Conflictos en las relaciones familiares**
	2	Bueno a veces, a veces si me… osea como que… ah, no sé cómo explicarle. A veces si hago ¿no? Osea… doy a… conocer mi molestia, a veces, cuando ya no… digamos, no puedo más. Si, ahí ya cómo que me pongo un poco… estoy un poco, así como que enojada y ya pues, entonces, todos ya ¿no? me ven, mi esposo, mis hijos, ya saben que estoy molesta. Mmm, bueno no son tan seguidos, como le digo ¿no? No son tan seguidos.		
	3	No		
	4	Mmm, no, lo tratamos de llevar bien, no peleamos mucho, no discutimos mucho o sea no, no somos así.		
	5	No		

	1	A veces me siento muy sola porque mi esposo no me ayuda. Si, a veces me canso y reniego, yo nomás reniego, a veces más que todo es con mis hijos, si yo… yo si voy a (inentendible 10:10) yo si me desquito con mis hijos, estoy cansada, llego, tengo calor, no está lista la cena, entonces tampoco no me puedo aprovechar a mi hija que lave el servicio, ella ya lo hizo, entonces ella no, no quiere hacer. No, a veces nomás porque ya no le digo nada para no hacer problemas, para que no escuchen mis hijos, así, ya no le digo nada, yo me aguanto y ya nomás, tengo que hacer mis cosas, sin hacerlos… sin decir nada para que no haya problemas, ni nada. A veces me siento muy cansada, a veces pienso "preferiría separarme de mi pareja para ya no estar mirando a él, ya no más ya", digo, no sé a veces que pensar… como yo no tengo ayuda de él, ni sus tareas le puede enseñar, le digo a veces, de buenas le digo "enséñale a tu hijo siquiera… un día siquiera en tu vida enséñale su tarea, explica" le digo, "¡ya, trae, trae!" y le grita pues, entonces a mí no me gusta que le grite, que le hable bonito, que le enseñe bonito, como papá. Reniego y ya no quiero que enseñe, mejor yo, cansada o como sea le enseño y con mi hija pues hacemos, tenemos que hacerle, explicamos al Snayder.		
	2	Bueno, a ve… a veces… este, si me estresa porque creo que, como es algo que lo hago todos los días esa rutina, a veces me llego a… como que a estresar… Y… si me siento a veces un poco mal. Pero eso me pasa a veces, osea como le digo, cuando… cuando ya digamos no puedo mucho, osea es que a veces quiero yo abarcarlo todo, quiero hacerlo yo todo, y como no lo puedo hacer, ahí es donde… como que me siento impotente que no, no puedo hacerlo yo sola todo, entonces… estoy enojada, amargada, molesta ¿no? Si, soy inconforme	• Cansancio • Frustración • Impotencia	**Agotamiento abrumador**
	3	Un poco… si, un poco es… normal, pero hay veces que así, por las tareas virtuales también un poco difícil es para mí pe', estar diario, no van al colegio también, un poco difícil es, si hay veces me siento.		
	4	Para mi es algo muy difícil, mi único hijo y… ósea, lo ven pe' ellos diferente ¿no? son más adultos, más experimentados y para mí es difícil, porque es mi primer hijo y nadie nace sabiendo, y además que mi hijo es diferente, más difícil para mí es, es difícil de verdad		

Dimensiones del Burnout Parental	**5**	Todo bien, solo más que todo nomás que… mi hijita no me entiende, eso que le quiero… no quiere hacer, en eso más que todo. Un poco, a veces me hace… me siento cansada. Ya, ¿cansada, molesta? M: Si. Me he preocu… más que todo por mi hijita que no… no podía, este... por sus... por ella más que todo porque no tenía, no…por la cuaren… como veía que no, casi no, le faltaba y no podía. Ah, en eso si, a veces por cólera por qué no me toma atención y a veces no me entiende, no me hace caso, y así de cólera si hablo esas… hablo de que "no estudias" le… así, de cólera. Que no… que no a veces, no, siento que no estoy… que no me entiende…		
	1	Prácticamente nosotros… nosotros estamos enseñándole y no enseñamos como debe ser, en los colegios más bien enseñan bien. A veces siento que no, porque a veces se me pasa la mano y les grito y yo pienso que no debo gritar a mis hijos, tengo que hablarles, no sé…este… enseñarles hablando pues, a veces no sé me altero y les grito, entonces mejor no… "yo no merezco ser madre" a veces pienso yo misma. Quiero cambiar" digo, "yo ya no voy a ser la misma, voy a cambiar, tengo que cambiar mis hijos ya están creciendo", eso me viene a la mente. Tengo que ser amigo de ellos, así que si voy a estar gritando pienso que no van a ser mis amigos, así. Yo pienso que una buena madre se dedica solo a sus hijos, hace las cosas en la casa, le hace hacer las tareas, osea, prácticamente pienso que todo el día está con sus hijos. Me hace sentir triste porque yo no estoy con ellos, me voy a trabajar, a veces pienso que más me interesa la plata que mis hijos. Pegarles, gritarles, esas cosas pienso que son una mala madre.		
	2	Bueno, no es como me gustaría que sea, pero bueno, este como le puedo decir, creo que me falta más trabajar en lo que es la parte emocional. Ser más…este, cariñosa, de repente. Creo que no estoy dando lo que debería dar. porque a veces ¿no? veo otras mamás o, no sé, y digo "ay, yo quisiera ser así", no lo sé. En lo que le decía hace rato, que como que no… no soy muy cariñosa, muy afectiva, algo así, y eso. Haber, que sea cariñosa… cariñosa… que más, eh… que siempre esté ahí con sus hijos ¿no? Este… que ellos le cuenten sus cosas, bueno, eso creo. aquella pue' que no se interesa ¿no? por sus hijos, que no está para ellos… eh, eso creo yo que es una mala madre.	• Culpa • Ineficacia • Ideal buena madre • Ideal mala madre	**Contraste con la imagen de madre**

	3 **4** **5**	---- pero me parece que soy muy permisiva, no sé que será permisiva, no le pongo un no a mi hijo, osea todo es sí, todo es si, es que… osea, yo siento que como yo a mi hijo le he traído mal al mundo, entonces me siento como culpable, no quiero golpearlo, no quiero decirlo no a esto, no a aquello y también que está mal. Solamente en que, talvez puedo hacer más al respecto, a que… esforzarme más para que se opere, porque creo que ha sido mi culpa por estar más trabajando y no haberle llevado a sus terapias, o hacer… haberle hecho que le operen más antes que pasara esta pandemia. O sea, cuando no le… no le hago hacer sus clases, no sé. ...Yo pienso que si es importante, que debería estar enseñándole sus clases y, muy aparte también, yo misma enseñándole, acompañando. Una buena mamá es…, no sé… que trabaje por sus hijos y… que les haga estudiar. Pues todo lo contrario ¿no? que no los ponga a estudiar, y que… que no les importa ¿no? Eso más que todo mi hijita mayor porque ella no ha… no ha sido, así de una persona que he estado… que sea feliz, pienso en que… más que todo porque veo que a veces no se puede enseñar, ay es difícil enseñar, la verdad, en eso si me he… he sentido eso. Si, a veces pienso, pienso que no soy la mejor mamá, no puedo, a veces, a veces si, a veces. Así por… por no haber… haber sido, pienso, así que me yo misma puedo hacer algo y que no, que no me había dado… no me dado cuenta de las cosas que pasaban.		
	1	Si, a veces cuando… más que todo me he distanciado de mis hijos cuando mi hermano estaba en hospital y toda la semana le he dejado a mi cuñada, y no sé qué harían, comían no comían, la cosa yo estaba en hospital, solo a dormir ya o cuando estaban dormidos llegaba, después en la mañana al día siguiente me iba también al hospital, me levantaba a las tres de la mañana "no me importa mis hijos" decía, "lo que sea, la cosa es que mi hermano yo quisiera que se salve", así, esa vez yo si les abandoné a mis hijos, si, ya no les llevé ni al entierro porque había mucha gente y que tal también había coronavirus allí, ¿y si les daba a ellos?, mejor lloraran, que harán, la cosa es que estén en la casa pues, bien con mi cuñada, hasta yo mismo nomás será. Yo solamente he ido, pero mi hija me reclamó "tú no me has llevado al entierro de mi tío", es cierto. Porque quiero que me digan cómo se sienten. No, a mí me nace como interés propio, me siento a hablar con mi hija, como ya va a llegar… está en su pubertad entonces, más que todo a ella me siento a hablar, a conocer sus cosas, le digo, con ella… le pregunto y si hablamos.	• Desinterés en los hijos • Abandono emocional	**Distanciamiento de los hijos**

	2	En algún momento usted simplemente dijo “ya, sabes qué, hasta aquí, no, hasta aquí llego, ya por hoy, por hoy basta, por este momento basta, ya no quiero saber más, quiero un poco de paz para mí” M: Mmm… ah, sí, sí, sí he sentido eso. Esporádicamente si, si siento interés por sus cosas ¿no? Que a veces a ellos le hago, que mi hija a veces me cuenta.		
	3	¿Qué tanta… qué dificultades le produce esas actividades laborales en relación a su familia? M: No nada. ... quien está asumiendo el rol de la familia es su hijo, no usted. M: Ah, si. Por eso le preguntaba, si le produce o no le produce alguna dificultad todas las actividades laborales que usted realiza. M: Ah si, mi hijo es… más que todo mi hijo más ayuda a mi hija.		
	4	No		
	5	Ah si, a una… que siempre pue’ este ahí con él.		
	1	Ajá, no dispongo, no hay, osea que prácticamente no hay un descanso para mí, ni un día. Yo he rezado prácticamente para que inicien las labores, así. Si, a veces siento que… antes llegué a pensar porque traer al mundo al hijo sino eres paciente, no tienes mucha responsabilidad para ellos, así siento. No tienes paciencia, así.	• Arrepentimiento de ser madre • Saturación	**Saturación y pérdida del placer por la crianza**
	2	--		
	3	No		
	4	Si ... Porque, como le digo, me siento impo… no me siento capaz de poder sacarlo adelante, como es un niño… osea, no es un niño que ha nacido sano, por desesperaciones, por hacer todo ello, se me hace difícil la verdad.		
	5	tal vez ha pensado ¿no? mejor no hubiera tenido hijos y hubiera sido más tranquila. M: Ah, en eso… en eso si Ah ya, entonces con su hijita mayor si ha llegado, entonces, a sentir ese tipo de incertidumbre, molestia, fastidio, arrepentimiento, todas esas emociones. M: Si		

Categoria	Subcategoría	Texto codificado	Palabras claves
Dinámica familiar	Rol de padre/pareja en la crianza	Solo trabaja, solo da, pagar la mesa para comer. Bueno, cuando digamos… hay algún trabajo para hacerlo, él ayuda. Bueno en lo emocional también está con ellos, osea… también en lo emocional.	• Proveedor • Acompañamiento
	Rol de la madre en la crianza	También voy a trabajar, así. Nosotros no trabajamos. Sus tareas lo veo. ¿Qué tanto tiempo le dedica usted a las labores en casa? Cuando está en horas de su clase Todo lo que yo puedo les apoyo a mis hijos, a veces juego con ellos, les llevo al parque.	• Proveedora • Acompañamiento educativo • Acompañamiento emocional
	Rol de otro familiar	Lo dejo con mi papá o mi hermana. Mi hija mayor me ayuda con el Snayder a veces, cuando yo voy a trabajar ella se queda con…, bajo responsabilidad de ella. ¿Quién es la persona que, digamos, que asume un poco el rol en la casa, más que todo? M: Mi hijito no más	• Abuelos • Tíos • Hijo mayor
Causas del Burnout	Distribución de labores en el hogar	¿Del hogar…? Así... cocinar, lavar y ordenar las cosas, limpieza, eso no más Haciendo nada pues, prácticamente solamente comíamos en la calle, igual al Kristofer le dejaba para que le compren, así. Más que todo se me pasa la hora y media enseñándole. A veces… salgo un rato por ahí, así paseando… jugar ahí porque están en eso… aburridos.	• Labores domésticas • Educación • Cuidado general
	Cambios en el estilo de vida (cuarentena)	Pues mucho, económicamente más que todo. Tengo que hacerle operar, le faltan operaciones y eso también ha atrasado porque tenía que ir para Arequipa, y en Arequipa pues ya no están operando como están… estamos en covid. Más me preocupaba “si algo me pasa ¿qué van a hacer mis hijos?”, más que todo de mi hija mayor me he preocupado. Otra es presencial, ahora en tele nomás pienso que no aprenden nada, de eso si me preocupo.	• Afectación económica • Afectación a la salud • Afectación emocional • Preocupación por la educación

Parental	Red de apoyo	Tengo mis amigas que años nos conocemos,... digamos, una vez al mes será, a veces en sus cumpleaños nos cocinamos Yo no… no era de ir a compromisos y esas cosas, de salir con otras personas aparte de mi familia También la presión de mis papás de “hazle esto, has aquello”...mi hermana, mi papá, así me regañan mucho. Hace tres meses atrás mi hermano ha fallecido. Mi hermano era bien querido para mí, él era todo para mí. Mis hijos también le querían bastante, cuando venía ¡uhh! le jugaba con el Snayder, jugaba fútbol, le enseñaba a jugar, así. Siempre venía a visitarme.	• Amigos • Familia
	Equilibrio entre responsabilidades familiares y laborales	Yo me voy a trabajar, les dejo su comida para el desayuno, igual las otras comidas para que coman, en la tarde yo llego a las cinco, llego, hago la cena, les hago sus tareas, así. Si, si, yo siempre llamo, ella tiene su teléfono y yo siempre estoy llamando. Salgo pe’ de la casa cinco de la mañana y regreso pues a las seis, cinco y media, a esa hora, tarde. Solo me dedico a mi casa.	• Trabajo fuera del hogar • Trabajo en el hogar
Consecuencias del Burnout Parental	Afectación a la salud física	Si, dolores de cabeza si he tenido fuertes. Ah, dolores de espalda, si. Bueno a veces, como que no puedo dormir.	• Dolores de cabeza • Dolores de espalda • Trastornos del sueño
	Afectación a la salud psicológica	Digamos al día siguiente tengo que hacer algo, cualquier cosa, no puedo dormir. ¿Ha sentido usted ansiedad, preocupación en su hogar? M: Si, hay veces Ansiedad y algo de tristeza. Llega un punto en que me pongo a llorar porque no sé, osea, me preocupa. Yo me suelo enojar, pero se me pasa rápido ¿no?	• Ansiedad • Depresión • Irritabilidad
		Él viene cansado, “yo también llego cansada” le digo, a veces, de ahí discutimos, así. A veces me siento muy cansada, a veces pienso “preferiría separarme de mi pareja para ya no estar mirando a él, ya no más ya”, digo, no sé a veces que pensar… como yo no tengo ayuda de él.	

	Conflictos en las relaciones familiares	Osea… doy a… conocer mi molestia, a veces, cuando ya no… digamos, no puedo más... Ahí ya cómo que me pongo un poco… estoy un poco, así como que enojada y ya pues, entonces, todos ya ¿no? me ven, mi esposo, mis hijos, ya saben que estoy molesta. A veces se me pasa la mano y les grito y yo pienso que no debo gritar a mis hijos, tengo que hablarles, ..., a veces no sé me altero y les grito. A veces cuando me hace renegar les doy pues sus cueras.	• Conflictos con la pareja • Conflictos con los hijos • Violencia
	Agotamiento abrumador	Si, a veces me canso y reniego, yo nomás reniego, a veces más que todo es con mis hijos. A veces me siento muy sola porque mi esposo no me ayuda. Si me estresa porque creo que, como es algo que lo hago todos los días esa rutina, a veces me llego a… como que a estresar… A veces por cólera por qué no me toma atención y a veces no me entiende, no me hace caso. Ya no le digo nada para no hacer problemas, para que no escuchen mis hijos, así, ya no le digo nada, yo me aguanto y ya nomás. Además que mi hijo es diferente, más difícil para mí es, es difícil de verdad. A veces, no, siento que no estoy… que no me entiende… A veces quiero yo abarcarlo todo, quiero hacerlo yo todo, y como no lo puedo hacer, ahí es donde… como que me siento impotente que no, no puedo hacerlo yo sola todo, entonces… estoy enojada, amargada, molesta.	• Cansancio • Frustración • Impotencia
		A veces no sé me altero y les grito, entonces mejor no… “yo no merezco ser madre” a veces pienso yo misma. Creo que no estoy dando lo que debería dar... porque a veces ¿no? veo otras mamás o, no sé, y digo “ay, yo quisiera ser así”, no lo sé.	

Dimensiones del Burnout Parental	Contraste con la imagen de madre	Yo siento que como yo a mi hijo le he traído mal al mundo, entonces me siento como culpable, no quiero golpearlo, no quiero decirlo no a esto, no a aquello y también que está mal… esforzarme más para que se opere, porque creo que ha sido mi culpa por estar más trabajando y no haberle llevado a sus terapias, o hacer… haberle hecho que le operen más antes que pasara esta pandemia. Más que todo porque veo que a veces no se puede enseñar, ay es difícil enseñar, la verdad, en eso si me he… he sentido eso. Bueno, no es como me gustaría que sea, pero bueno, este como le puedo decir, creo que me falta más trabajar en lo que es la parte emocional... Ser más…este, cariñosa. Tal vez puedo hacer más al respecto, a que… esforzarme más para que se opere. Una buena madre se dedica solo a sus hijos, hace las cosas en la casa, le hace hacer las tareas, osea, prácticamente pienso que todo el día está con sus hijos. Que sea cariñosa… cariñosa… que más, eh… que siempre esté ahí con sus hijos ¿no? Este… que ellos le cuenten sus cosas. Una buena mamá es…, no sé… que trabaje por sus hijos y… que les haga estudiar. Pegarles, gritarles, esas cosas pienso que son una mala madre. Aquella pue' que no se interesa ¿no? por sus hijos, que no está para ellos… eh, eso creo yo que es una mala madre. Que no los ponga a estudiar, y que… que no les importa ¿no?	• Culpa • Ineficacia • Ideal buena madre • Ideal mala madre
	Distanciamiento de los hijos	Más que todo me he distanciado de mis hijos cuando mi hermano estaba en hospital y toda la semana le he dejado a mi cuñada...esa vez yo si les abandoné a mis hijos. "No me importa mis hijos" decía, "lo que sea, la cosa es que mi hermano yo quisiera que se salve"	• Desinterés en los hijos • Abandono emocional
		A veces siento que… antes llegué a pensar porque traer al mundo al hijo sino eres paciente, no tienes mucha responsabilidad para ellos, así siento.	• Arrepentimiento de ser madre • Saturación

	Saturación y pérdida del placer por la crianza	No me siento capaz de poder sacarlo adelante, como es un niño… osea, no es un niño que ha nacido sano. Ha pensado ¿no? mejor no hubiera tenido hijos y hubiera sido más tranquila. M: Ah, en eso… en eso si Osea que prácticamente no hay un descanso para mí, ni un día. Yo he rezado prácticamente para que inicien las labores, así.	• Arrepentimiento de ser madre • Saturación