

# Sobrecarga y bienestar psicológico de los cuidadores de estudiantes con discapacidad intelectual y motora en CEBES de Tumbes 2022

por Luhana Clarita SANJINEZ ATOCHE

---

**Fecha de entrega:** 15-feb-2025 11:49a.m. (UTC-0500)

**Identificador de la entrega:** 2539717311

**Nombre del archivo:** INFORME\_DE\_TESIS\_LUHANA\_SANJINEZ\_ATOCHE\_T\_1.docx (1.3M)

**Total de palabras:** 16566

**Total de caracteres:** 94617



-----  
**Dra. Wendy Jesus C. Cedillo Lozada**  
**ORCID 0000-0001-5676-936X**  
**ASESORA**

2  
Sobrecarga y bienestar psicológico de los cuidadores de estudiantes  
con discapacidad intelectual y motora en CEBES de Tumbes 2022

## I. INTRODUCCIÓN

Con frecuencia sabemos que los niños, adolescentes y adultos con discapacidad experimentan una pérdida parcial o total de la capacidad funcional, el cumplimiento de sus requerimientos suele implicar cierto trabajo para su cuidador, quien con frecuencia nota cómo afecta sus actividades físicas y emocionales (Asencios y Pereyra, 2019).

En el Perú no existen muchas investigaciones relacionadas a este tema en particular muy pocos profesionales profundizan este tema ya que las múltiples discapacidades son muy difíciles de sobrellevar e investigar por el bajo compromiso por parte de las autoridades y la falta de conocimiento por parte de los padres sobre la crianza respetuosa con sus hijos (Rivas y Tapahuasco, 2022).

Según Torres et al. (2018) señalan que el cuidador informal es quien se encarga principalmente de atender a una persona con discapacidad, ya sea por necesidad o por decisión propia, sin contar con capacitación ni experiencia previa. Esta responsabilidad demanda una gran cantidad de tiempo y, debido a su carácter diario y constante, puede generar transformaciones en los aspectos personal, familiar, laboral y social del cuidador, influyendo de manera directa o indirecta en su bienestar físico, emocional y mental.

De acuerdo a lo anteriormente señalado, se ve afectado el tiempo libre, interacciones colectivas, amistades, intimidad, independencia y equilibrio emocional del cuidador, generándole agotamiento por esforzarse demasiado (Tafur, 2019).

Estudios recientes han demostrado que muchas personas experimentan incidentes traumáticos que tienen un efecto adverso en su salud psicológica como resultado de estar expuestos a un proceso de cambio en su vida diaria y cuando se enfrentan a demandas, lo que genera problemas de sobrecarga, ansiedad, depresión y estrés (Allca y Ramos, 2019).

La carga que soporta el cuidador es multifacética, teniendo en cuenta cuestiones emocionales, físicas y financieras, así como los sentimientos del cuidador hacia la persona a la que cuida y la conexión que han desarrollado. Dado que no todos responden de la misma manera a la adopción de nuevos hábitos y estilos de vida, se ha convertido en una preocupación para la sociedad que los tutores principales que cuidan a personas con discapacidad puedan tener una salud mental diferente según el tipo de discapacidad que afronten como cuidadores (Huamán, 2021).

Actualmente en la ciudad de Tumbes, el equipo Saane manifiesta que los niños con discapacidad no pueden gozar del derecho a la educación básica especial, el 77% de niños con discapacidad entre los 4-16 años no se encuentran registrados en el sistema educativo, algunos directores y administrativos que prestan sus servicios en cada cebe manifestaron durante la última supervisión defensorial que no cuentan con las condiciones básicas y necesarias de brindar un servicio de calidad a estudiantes con discapacidad debido a que la infraestructura educativa y materiales didácticos no se encuentran acorde a las necesidades de los estudiantes, como también es importante brindar capacitaciones dirigidas a docentes y llevar a cabo la implementación de los equipos Saanee (Defensoría del Pueblo, 2024).

La Defensoría del Pueblo (2024) manifiesta que ningún equipo Saanee en la ciudad de Tumbes cuenta con profesionales en psicología, especialista en terapia de lenguaje y discapacidad cognitiva, auditiva, ni visual solo un Saanee cuenta con terapeuta físico. En el Perú el 50% de los Saanee no brinda capacitaciones en torno a sistema braille ni lenguaje de señas a los Cebes. En ESSALUD, Tumbes, actualmente existe la falta de cobertura de atención y tratamiento debido a ello los cuidadores expresaron tener inconvenientes para acceder a una cita médica con profesionales especializados siendo estigmatizados. El HRT no cuenta con los medicamentos adecuados a consecuencia de ello los familiares se ven en la obligación de comprarlos en farmacias particulares.

A nivel local las personas con discapacidad en su mayoría no cuentan con un seguro de salud en la región, incluso la atención no es integral, lo que implica que sus familiares deben asumir los costos que demanda su atención de salud de

manera particular algunas familias no tienen las condiciones económicas encontrándose en su mayoría en estado de abandono lo que conlleva que los cuidadores experimenten niveles de sobrecarga afectando su bienestar psicológico debido a toda la demanda y problemática en el Perú (Defensoría del Pueblo, 2024).

Por esta razón, surge la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es la relación entre sobrecarga y bienestar psicológico de cuidadores de estudiantes con discapacidad intelectual y motora en CEBES de Tumbes 2022?

Dado que el cuidado de niños con discapacidad intelectual y motora representa una labor demandante que puede afectar la salud física y mental del cuidador, además de influir en su habilidad para relacionarse con otras personas en el futuro, por ello, este estudio se centra en los cuidadores de estos niños (Palomino, 2022).

Se justifica a nivel metodológico siendo un estudio correlacional con una muestra de 120 cuidadores de personas con discapacidad intelectual y motora en los CEBES de Tumbes, utilizando instrumentos confiables para medir una variable poco estudiada que se centra en la sobrecarga y bienestar psicológico de los cuidadores, no en personas con discapacidad como ya se ha visto en diferentes investigaciones, resaltando así el esfuerzo que realizan día a día brindando cuidados adecuados en las diferentes etapas de un individuo con discapacidad.

En relación a la justificación práctica la investigación brinda a los estados gubernamentales estrategias viables con información concisa relacionado al trabajo multidisciplinario de las personas cuidadores de personas con discapacidad adoptando así nuevos roles en su vida diaria.

A nivel social se ha logrado obtener información clara y precisa para que los cuidadores de personas con discapacidad reciban más apoyo en el fortalecimiento de sus capacidades, el desarrollo de habilidades para enfrentar desafíos y el manejo adecuado de sus emociones a lo largo de su vida.

8 Tuvo como objetivo general, determinar la relación de 2 sobrecarga y bienestar psicológico de los cuidadores de estudiantes con discapacidad intelectual y motora en CEBES de Tumbes 2022.

Los objetivos específicos se centraron en: 1) Identificar el nivel de sobrecarga de los cuidadores de estudiantes con discapacidad intelectual y motora en CEBES de Tumbes 2022; 2) Identificar el nivel de bienestar psicológico de los cuidadores de estudiantes con discapacidad intelectual y motora en CEBES de Tumbes 2022; 3) Determinar la relación entre sobrecarga y las dimensiones de bienestar psicológico: auto aceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal, de los cuidadores de estudiantes con discapacidad intelectual y motora en CEBES de Tumbes 2022; 4) Determinar la relación entre bienestar psicológico y las dimensiones de sobrecarga: impacto del cuidado, relación interpersonal y expectativas de autoeficacia, de los cuidadores de estudiantes con discapacidad intelectual y motora en CEBES de Tumbes 2022.

La hipótesis de investigación fue: Si existe relación inversa entre 2 sobrecarga y bienestar psicológico de los cuidadores de estudiantes con discapacidad intelectual y motora en CEBES de Tumbes 2022.

La investigación está organizada en siete secciones: en la primera, se plantea el 5 problema de estudio junto con su justificación, el objetivo general y los objetivos específicos. La segunda sección desarrolla el marco teórico y analiza estudios previos sobre el tema. En la tercera, se detallan los métodos y materiales utilizados, el tipo y diseño de la investigación, los participantes, el muestreo, la muestra, el procesamiento de datos, las variables y las consideraciones éticas. La cuarta sección presenta los resultados y su análisis a través de tablas estadísticas. En la quinta, se incluyen las conclusiones; en la sexta, las recomendaciones, y la última sección contiene la bibliografía consultada.

## II. REVISIÓN DE LA LITERATURA

Cabada y Martínez (2017) indican que el síndrome de sobrecarga del cuidador es aquel desgaste físico y psíquico donde el individuo enfrenta repentinamente un ambiente nuevo para el que no se encuentra preparado, el cual ocupará toda su vitalidad y tiempo, reduciendo su autonomía, descuidando sus labores y renunciando a su plan de vida, modificando así significativamente el entorno familiar, laboral, económico y social. Asimismo, Montorio et al., (1998) manifiestan que la sobrecarga del cuidador es el grado en el que la persona percibe que la atención o cuidado brindado que afecta negativamente las diversas facetas de su vida, a su vez, es el cúmulo de escenarios estresantes que se originan al estar al cuidado de un familiar con dependencia provocándole dificultades en su salud, en el entorno social, laboral, personal y económico, además de propiciarle consecuencias en el bienestar psicológico, físico y social.

La sobrecarga se refiere a las consecuencias adversas que una dolencia impone sobre el bienestar que experimentan los tutores encargados de su cuidado personal. En consecuencia, una confluencia de características clínicas familiares, obligaciones domésticas, asistencia social y, en última instancia, tensiones financieras engendra una colección de emociones y perspectivas adversas (Lipa, 2018).

El nacimiento de un hijo trae consigo una nueva reorganización en la dinámica individual y familiar por la llegada de un nuevo integrante, dicha dinámica es afectada si el hijo(a) nace con alguna discapacidad ya sea física, intelectual o motora (Villavicencio y López, 2019; Quintero et al., 2020). De acuerdo con Larván (2013) el primer paso para los progenitores y cuidadores es admitir que un hijo presenta algún padecimiento así como tomar la decisión de acudir con un profesional experto que les pueda brindar un diagnóstico, el cual suele durar mucho tiempo y puede prolongarse por un largo periodo de tiempo.

Los padres o tutores al momento que reciben el diagnóstico de su hijo a cargo del especialista según el tipo y grado de discapacidad provoca cambios abruptos en la dinámica familiar, reprime negativamente a sus integrantes, especialmente a los padres, cuyo bienestar se ve afectado gradualmente (Alvarado et al., 2021). Diversos estudios han mostrado que tener un hijo con discapacidades intelectuales o del desarrollo puede llevar a los padres a experimentar dificultades en sus responsabilidades diarias debido al cuidado continuo que el niño necesita (De Melo et al., 2019). Estas alteraciones afectan negativamente en el estado físico y la salud mental de los cuidadores principales, debido a que se restringe su autonomía, vida social y su nivel económico (Medina, 2021).

Luque y Rojas et al., (2021) sostienen que en estas situaciones, las familias suelen experimentar emociones como preocupación, miedo y tristeza debido a la falta de información sobre la condición del miembro con discapacidad. Por otro lado, De Melo et al., (2019) señalan que, aunque el diagnóstico afecta a toda la familia, quien sufre más es el cuidador principal, ya que asume la mayor parte de las responsabilidades relacionadas con el cuidado, lo que altera su estilo de vida y puede generar problemas de salud a corto o largo plazo. Todas estas alteraciones derivadas del cuidado conducen a un desgaste denominado sobrecarga del cuidador (Cabada y Martínez, 2017).

Debido a esta problemática, en el Perú existe un organismo impuesto por el estado denominado: <sup>4</sup> Consejo Nacional para la Integración de la Persona con Discapacidad – CONADIS en conjunto con el Registro Nacional de la Persona con Discapacidad: Este registro, a cargo del CONADIS quien recluta, procesa y organiza la información a cargo de distintas entidades públicas del Estado Peruano, su finalidad es acreditar para poder acceder a varios beneficios como distintivo vehicular, tarifas preferenciales en espectáculos públicos y privados, jubilación adelantada referida principalmente <sup>27</sup> a las personas con discapacidad, familias y organizaciones (Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables, 2024).

Según la Defensoría del Pueblo (2024) manifiesta que es primordial conocer que históricamente los niños y adultos con discapacidad han afrontado actos de discriminación, obstáculos en atención de salud entre otros opuestos limitan el

ejercicio de sus derechos y su posibilidad de gozar de igualdad de condiciones de manera dependiente e independiente. Debido a ello en 2006 se aprobó la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (CDPD), tratado internacional de la Organización de las Naciones Unidas (ONU) especializado en materia de discapacidad encontrándose vigente en nuestro país desde el año 2008.

En cuanto al Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (2015) según el Decreto Supremo N° 004-2015-MIMP, crea el programa CONTIGO (PCDS) con el objetivo de estipular una pensión no contributiva a las personas con discapacidad que se encuentran actualmente en situación de vulnerabilidad y pobreza. Asimismo, desarrolla según su plan estratégico objetivos, estrategias y líneas de acción para enfrentar los desafíos y retos relacionados con dar información para prevenir la ausencia del discapacitado y su cuidador en labores recreativas y productivas, sentir vulnerabilidad ante enfermedades, tener la percepción de ser una carga para su familia y la pérdida total o parcial de su autonomía que nos impone la dinámica poblacional (Ayala, 2024).

Como sabemos, ante las carencias de recursos económicos y desigualdad, la familia es el principal sostén de apoyo y cuidado hacia el niño con discapacidad, estas deberían estar preparadas y tener un buen conocimiento de cuidado para brindar una atención adecuada diariamente, adjudicando que sea posible que los cuidadores sigan siendo pilares importantes del desarrollo familiar, de esta manera, resalta la capacidad de ser ciudadanos activos, en pleno ejercicio de sus derechos y deberes, asegurando que tengan una vida digna y segura (Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables, 2015).

Según Ayala (2024) el programa CONTIGO inició el programa de formación de cuidadores de personas con discapacidad severa "Te cuido con respeto" en Julio del 2022, participando 50 integrantes en su mayoría madres de familia que cumplen el rol principal de cuidadoras en su hogar, conociendo a través de este programa los derechos que adquieren sus hijos con discapacidad como también practicas a través de dinámicas y técnicas para el correcto manejo de sus emociones y pautas para prevenir la violencia física y psicológica entre pares enfocándose en el cuidador principal y como puede mejorar la atención en su entorno situacional. La

jornada de capacitación también se dio a cabo en los distintos departamentos seleccionados del Perú.

En el año 2023, se construyeron 20 aulas académicas especializadas a nivel nacional en 10 regiones enfocándose en el bienestar de este grupo vulnerable, con una participación ideal de 168 profesionales capacitadores expertos de las diversas instituciones públicas que permitió obtener el derecho a la educación básica especial a discapacitados matriculados a nivel nacional. Además, se capacitaron en total 352 cuidadores del programa y el promedio de asistencia a las sesiones educativas fue del 60%. Utilizando la Escala de Sobrecarga del Cuidador de Zarit de acuerdo al formato de registro de matrícula del programa ya anexado evaluando el nivel de sobrecarga de los cuidadores de niños con discapacidad a nivel nacional (Ayala, 2024).

En relación a ello, de acuerdo con Torreblanca (2018) señalan que existen dos tipos de sobrecarga:

- a. Sobrecarga Objetiva: Es aquella alteración física de los cuidadores respecto a las tareas diarias de cuidado, la cual dependerá del nivel de minusvalía y/o necesidades que el individuo con dependencia posea de acuerdo a respuestas emocionales y actitudes hacia la experiencia de cuidar. Del mismo modo Macedo y Pilco (2016) indican que la sobrecarga objetiva es aquel deterioro severo en los distintos puntos del contexto doméstico del día a día de los cuidadores.
- b. Sobrecarga Subjetiva: Esta sobrecarga se produce cuando el cuidador experimenta problemas psicológicos relacionado al estrés y frustración al enfrentar las necesidades del paciente, ya que siente que estas superan sus expectativas y habilidades. Como también se refiere a la magnitud de cambios significativos en los cuidadores, su vida cotidiana y sus hogares; se trata de tareas de cuidado personal que una persona no puede realizar por sí misma en muchas áreas relacionadas.

Asimismo la sobrecarga del cuidador puede verse influenciada por diversos factores:

Bianchi et al. (2016) refieren que la sobrecarga del cuidador puede verse exacerbado por factores de riesgo como el alto nivel de atención que requiere la persona a cargo, la ausencia de apoyo social y las limitaciones financieras. Además, se tienen en cuenta variables benefactoras como la resiliencia, las habilidades de afrontamiento y el apoyo social. Estos aspectos tienen un impacto en la calidad de vida del cuidador. El argumento sugiere que el bienestar del cuidador puede verse significativamente afectado por la responsabilidad de brindar cuidados generando sentimientos de tensión, agotamiento, tristeza, aislamiento de los demás y reducción de la felicidad en la vida.

Las familias que se apoyan mutuamente dentro del núcleo mayormente no suelen necesitar ayuda externa, ya que son conscientes de que los recursos proporcionados por el gobierno muchas veces no cubren todas sus necesidades, aunque muchas personas prefieren cuidar en casa a quienes requieren atención especial, es fundamental ajustar las condiciones en las que se brinda este cuidado, esto permitiría que tanto el cuidador como su familia puedan acceder al respaldo, la planificación, la capacitación y el apoyo necesario, tanto emocional como material, ofrecido por el Estado a través de profesionales capacitados. Esto es clave, ya que cuidar a un discapacitado, miembro de una familia, representa una gran responsabilidad (Segura, 2022).

De acuerdo a lo establecido anteriormente se plantean las siguientes consecuencias:

Tapia (2020) en su estudio "Sobrecarga y modos de afrontamiento al estrés en cuidadores de niños con discapacidad atendidos en el Centro de Estimulación y Terapia San José Misericordioso, Tacna 2018" examinó las posibles implicaciones que pueden enfrentar los cuidadores de personas con discapacidades, indicando que los cuidadores primarios a veces dedican una cantidad significativa de tiempo a ayudar a su familiar, lo que puede llevar a su aislamiento de la sociedad, lo que tiene implicaciones sociales. Esto puede hacer que dejen de participar en

actividades que antes realizaban con facilidad. Los estudios han mostrado hallazgos que sugieren que los cuidadores informan tener poco tiempo personal, lazos sociales débiles y no poder disfrutar del tiempo libre que les brindan en su trabajo.

El trabajo que desempeñan como <sup>3</sup> cuidadores de personas con discapacidad les brinda la oportunidad de retirarse temporalmente de su función y dedicarse a actividades recreativas gratificantes que son ampliamente reconocidas como reconstituyentes y que a menudo implican una catarsis emocional. Ocasionalmente, los cuidadores no tienen más opción que cuidar a un miembro de la familia, lo que los encuentra desprevenidos y los obliga a renunciar a sus trabajos (Garzón, 2017).

Parra et al. (2020) indican que, en lo relacionado con el impacto en la familia, las tareas de cuidado no se reparten de manera igualitaria entre los integrantes y suelen recaer principalmente en una sola persona. Otras partes del cuidado, como elegir qué miembros de la familia deben ayudar con el cuidado, la limpieza, etc., son donde el cuidador y el resto de la familia divergen. Es de conocimiento común que los cuidadores primarios tienen problemas familiares cotidianos relacionados con el cuidado que los hacen sentir ansiosos y estresados.

Un cuidador formal o informal normalmente experimentará dificultades en los ámbitos físico y mental, marcados por sentimientos de carga, estrés y tristeza. Estas dificultades son más evidentes en los cuidadores informales debido a que suelen carecer de formación profesional y formación adecuada, lo que los hace menos familiarizados con los mecanismos y técnicas de afrontamiento en relación a los retos que pueden surgir en el transcurso de dicho trabajo (Allca y Ramos, 2019).

Dado que los cuidadores familiares se encargan de actividades como acompañar, alimentar, ayudar en la higiene, supervisar, asistir en la movilidad y más, además, estas responsabilidades demandan organizar mejor el tiempo, ajustar las tareas del hogar y buscar apoyo para el cuidado, sin embargo, esto puede generar cansancio físico y emocional, afectando sus relaciones sociales, momentos de descanso,

tiempo libre, vida personal, horas de sueño y situación económica especialmente en el colectivo femenino quienes suelen estar presentes durante el diagnóstico, tratamiento y enfermedad del hijo (Castro, 2019).

Respecto a la variable sobrecarga, se plantean las teorías más representativas que la sustentan:

Teoría del Estrés y el Ajuste Social: Desarrollada por los psicólogos Sheldon Cohen y Thomas A. Wills en la década de 1980 se centran reforzar las experiencias de estrés y el respaldo social pueden afectar la salud psicológica de las personas, el enfoque principal de esta teoría es la relación entre el estrés percibido y la disponibilidad de apoyo social en el proceso de adaptación y ajuste social; se centra en evaluar a los cuidadores en su experiencia de estrés respecto a las exigencias físicas, emocionales y sociales asociadas con el cuidado de un niño con discapacidad. Los cuidadores pueden experimentar dificultades en la adaptación a estas demandas, la falta de apoyo social y recursos adecuados lo que puede llevar a la sobrecarga (Gracia, 2011).

En el contexto de cuidadores de personas con discapacidad intelectual y motora, esta teoría puede ayudar a comprender cómo enfrentan el estrés asociado con las demandas del cuidado, cómo evalúan sus recursos para hacer frente a esas demandas y cómo sus estrategias de afrontamiento pueden influir en su bienestar emocional y social. Al comprender estos procesos, los profesionales de la salud pueden brindar un apoyo más eficaz a los cuidadores y a las personas con discapacidad (Cosano, 2015).

Lazarus y Folkman en 1984 desarrollaron la Teoría Transaccional del Estrés, que define el estrés psicológico como un proceso dinámico derivado de la interacción entre el individuo y su entorno físico y social. De esta manera, cuando las demandas relacionadas con el cuidado de un familiar con demencia supera los recursos internos y externos del cuidador, este experimenta emociones y percepciones negativas, manifestadas en su estado subjetivo como sentimientos de tristeza, agotamiento, incomodidad o como es común una sobrecarga debido a su rol de cuidador. Además, se resalta que la sensación de sobrecarga que experimenta es

una de las principales manifestaciones de estrés tanto psicológico como social (Tartaglino et al. 2020).

De la Revilla et al. (2019) indican que la Teoría de la Carga de Cuidado de Zarit-Burden: Se utiliza para comprender la experiencia de los cuidadores familiares que brindan atención a personas con enfermedades crónicas, discapacidades o necesidades especiales. Esta teoría fue desarrollada por Steven H. Zarit y Judy M. Zarit en la década de 1980. Se centra en la sobrecarga emocional, física y social que experimentan los tutores debido a las demandas del cuidado continuo.

Un interés creciente en la carga que experimentan los cuidadores de pacientes con demencia llevó a Steven H. Zarit y asociados a idear instrumentos para evaluar la carga objetiva y subjetiva durante la década de 1980. La escala Zarit Test-Caregiver Burden Scale, que originalmente constaba de 29 ítems, evaluaba la salud física, psicológica, social, económica y ocupacional. Al final, este instrumento sufrió una reducción a 22 reactivos (Gonzales, 2018).

En este sentido, siguiendo a Zarit (2002), creador de la escala de sobrecarga subjetiva, se entiende por carga del cuidador a "un estado resultante de la acción de cuidar a una persona dependiente o mayor, un estado que amenaza la salud física y mental del cuidador". Las dimensiones según la teoría son las siguientes:

- a. El "impacto del cuidado" abarca condiciones tanto objetivas como subjetivas que surgen en los cuidadores como consecuencia de brindar atención a personas con discapacidad. Estas condiciones incluyen, entre otras, limitaciones de tiempo, una sensación de estar abrumado por las responsabilidades mientras maneja otras obligaciones, aprensión sobre el futuro, la creencia de que son los únicos responsables de sus familias, problemas de salud física y psicológica, intimidad disminuida, aislamiento social y una percepción de falta de control sobre sus propias vidas. Por lo expuesto previamente, estas circunstancias le provocarán emociones desagradables e incertidumbre acerca de mantener su función actual o pasarla a otro familiar.

- b. Relación interpersonal: Describe la conexión entre un cuidador y su familia que se concentra en las emociones y los sentimientos, incluidos la culpa, la incomodidad, los sentimientos desfavorables, la tensión y la incertidumbre.
  
- c. Las expectativas de autoeficacia: Un cuidador desarrollando su capacidad es una idea que refleja su confianza para cumplir con las responsabilidades del cuidado, así como sus actitudes hacia esta labor y lo que espera lograr en el futuro. Estas expectativas pueden incluir mejorar su dedicación y habilidades, obtener mejores ingresos y ofrecer un cuidado más completo (Huamán, 2021).

Respecto a la variable bienestar psicológico Mendoza y Sisa (2021) refieren que es la visión subjetiva que tiene una persona de su sentimiento de bienestar, que incluye el valor que le da a su vida, junto con la satisfacción, la ausencia de desesperación y la expresión de emociones placenteras.

Es fundamental destacar la relevancia del trabajo que realizan quienes cuidan a niños con discapacidad, lo cual ha sido abordado por diversos autores:

Montes (2021) señala que disfrutar de bienestar emocional ayuda a los cuidadores a desarrollarse mejor tanto a nivel personal, social como comunitario, lo que los prepara para enfrentar las exigencias que implica cuidar a una persona con discapacidad, las personas que gozan de buena salud emocional suelen tener una visión positiva de sí mismas, un sentido de control sobre su vida y esperanza hacia el futuro, estos aspectos son clave para afrontar las dificultades, especialmente en situaciones desafiantes, ya que enfrentarlas puede generar una carga muy alta e incluso ser peligrosa para su salud.

El Componente bienestar ocupacional, viene a ser la respuesta afectiva emocional positiva en el trabajo y un aspecto del mismo, también es crucial. Es una evaluación subjetiva de las experiencias laborales del individuo, teniendo en cuenta la satisfacción como una noción multifacética. En cuanto a la relación con la Pareja, como es bien sabido, las relaciones felices son uno de los elementos clave del

bienestar general. La idea del ajuste marital ha recibido la mayor atención en los estudios de las relaciones maritales (Vargas y Vargas, 2017).

Según Tamayo (2021) menciona que el bienestar está influido por diversos elementos que afectan el funcionamiento del sistema, destacando que un entorno familiar adecuado puede promover el desarrollo personal y la satisfacción de todos sus miembros. Algunos de estos factores son:

La cohesión se entiende como una alianza en la que se practican habilidades para afrontar retos, complementada con la adaptabilidad para enfrentar cambios en el sistema y una buena comunicación, además, se destaca la importancia de la permeabilidad, que es la capacidad de aceptar y generar nuevas experiencias a través de interacciones con otros miembros del sistema, la armonía también juega un papel clave, ya que representa el equilibrio emocional positivo al compartir intereses individuales, finalmente, se identifican dos factores importantes: la afectividad, que fomenta vínculos de cariño entre los miembros de la familia, y los roles, que definen las responsabilidades de cada persona dentro del sistema familiar.

González (2022) plantea los factores positivos del bienestar se potencia cuando dos aspectos fundamentales de la persona, como una imagen positiva y un sentido de valor propio, promueven la sensación de satisfacción:

- a. Identidad positiva: Es el conjunto de características psicológicas que hacen única a una persona. Se desarrolla desde la infancia, con la influencia clave de los padres y educadores, quienes ayudan a formar su manera de relacionarse con el entorno y a construir su autoestima.
- b. Vida positiva: Según Seligman, se construye a partir de cuatro elementos esenciales que activan el bienestar: a. Mindfulness; que consiste en enfocar la atención en el presente y mantener una actitud abierta hacia nuevas experiencias; b. Emociones positivas; que no solo fortalecen el sistema inmunológico, sino que también mejoran habilidades como la resiliencia y la interacción social; c. Implicación; entendida como la capacidad de asumir

desafíos con una visión clara de lo que se quiere lograr, dejando de lado compromisos que no generan beneficios a mediano o largo plazo, estos aspectos se complementan para fomentar una vida más plena y equilibrada; d. Vida con sentido; establecer un proyecto de vida donde se vea inmerso los valores, ilusiones, necesidades y prioridades que proporcionan sentido a la existencia propia del sujeto.

Rabelo (2022) plantea que el bienestar puede verse afectado por factores negativos, a lo largo de su vida las personas enfrentan diversos obstáculos, tanto externos, como contratiempos, desgracias o situaciones desafortunadas, e internos, entre los que destacan el perfeccionismo y el pesimismo, los cuales se detallan a continuación:

- a. **Perfeccionismo**: El cuidador perfeccionista suele en la mayoría del tiempo frustrarse, se siente derrotado y decepción cuando sus metas no salen como desea esto tiene como consecuencia que el sujeto no tenga la capacidad de gestionar sus emociones, buscar una solución y su foco de atención siempre va a ser sus defectos y fracasos.
  
- b. **Pesimismo**: Impide que el cuidador disfrute de la vida, ya que esta actitud afecta su salud, su autoestima y su percepción personal. Además, limita su interacción con el entorno y perjudica su desempeño profesional, generando una sensación de impotencia debido a la falta de habilidades para enfrentar diferentes situaciones.

Si el cuidador no cumple con las expectativas en su vida personal afectara su bienestar psicologico y tendra consecuencias como:

Cuando la familia en conjunto con el cuidador principal no toman las medidas adecuadas, pueden sentir una acumulación de tensiones emocionales que impactan negativamente su bienestar, como es conocido, los efectos psicológicos son especialmente fuertes en los padres que crían hijos con discapacidades físicas e intelectuales, ya que, en muchos casos, experimentan un deterioro en sus relaciones sociales (Martinez y Granizo, 2024).

Aguilar et al. (2022) añaden que los padres, al no tener un hijo que cumpla con las expectativas sociales, suelen experimentar tristeza y culpa, lo que les lleva a llorar e irritarse, viviendo momentos de sensibilidad, cambios emocionales y confusión. Es importante destacar que, en su mayoría, los padres no reconocen la discapacidad de su hijo por temor al rechazo. Sin embargo, el cuidado se vuelve complicado debido a su falta de experiencia al convivir con personas con discapacidad, lo que genera dudas sobre su papel como cuidadores, llevándolos a sentirse insatisfechos y con mayores demandas.

En algunos casos se ven afectados los hermanos por la asignación del cuidado, en ocasiones donde el cuidador principal no lo puede hacer esto genera sentimientos negativos, enojo y conflicto ocasionando frustración entre hermanos. Otros por su parte, presentan problemas psicológicos debido a la interrelación de roles familiares, sienten que no son capaces de cuidar de sus hermanos y de comprender sus necesidades diarias (Barreto y Vera, 2019).

Andrade y Villaprado (2021) mencionan que los hermanos pueden experimentar síntomas psicossomáticos, que son problemas de salud sin una explicación médica clara. Esto se debe al tiempo y cuidado especial que los padres dedican a su hijo con discapacidad, lo cual los hermanos perciben como una falta de atención y cariño hacia ellos, lo que suele generar celos y sentimientos de hostilidad.

A su vez, los autores plantean las siguientes teorías que abarcan las variables de estudio:

Montes (2021) menciona la teoría eudaimónica de Aristóteles, cuyo término proviene del latín "felicitas", que significa felicidad. Según Aristóteles (citado en la Comisión Interuniversitaria de Galicia, 2001), la eudaimonía se refiere al bien supremo que las personas buscan. Desde esta perspectiva, el bienestar no está asociado únicamente al placer o a algo predeterminado, sino que implica alcanzar la virtud como un potencial, cumpliendo necesidades básicas como la salud física y psicológica. Esto permite a la persona ser feliz y fomentar un desarrollo personal adecuado, impulsado por la motivación y una orientación clara en su vida.

Dentro de la teoría del bienestar psicológico, también se encuentra la teoría humanista de Maslow, que surgió en 1962 en Estados Unidos, su principal objetivo es establecer un enfoque que conecte subjetividad con la experiencia, basándose en la exhortación personal del individuo, quien se reconoce como único, esta teoría explora aspectos positivos como la capacidad de ser auténtico, fundamentándose en el respeto y la responsabilidad (Riveros, 2014).

Martin Seligman, un reconocido psicólogo de Estados Unidos, es frecuentemente visto como uno de los pioneros de la Psicología Positiva. Seligman y sus colegas han desarrollado el concepto de "Flourishing" (florecimiento), que se refiere a un estado de bienestar óptimo en el que una persona no solo está libre de trastornos mentales, sino que también experimenta una vida plena y significativa. Este enfoque se centra en identificar y promover factores que contribuyan al bienestar psicológico, como la gratitud, la resiliencia, la satisfacción con la vida y el optimismo. Los programas basados en la psicología positiva pueden ayudar a los cuidadores a desarrollar estas habilidades y actitudes que promueven un mejor bienestar emocional (Rojas y Rodríguez, 2022).

La teoría de la psicología positiva hace mención que debemos estudiar los buenos sentimientos, las fortalezas de las personas y su salud mental e intenta comprender y apoyar las cosas buenas del ser humano, como <sup>26</sup> la felicidad, la satisfacción con la vida y el progreso personal. Esto es diferente de algunas ramas tradicionales de la psicología que se centran en ayudar a las enfermedades y problemas mentales. Este punto de vista <sup>31</sup> que no se basa en una única teoría, ha dado lugar a estudios e ideas centrados en el bienestar y la calidad de vida (Contreras y Esguerra, 2006).

<sup>43</sup> La Psicología Positiva tiene una aplicabilidad significativa en el contexto de los cuidadores enfocándose en el estudio y la promoción del bienestar psicológico, el florecimiento personal y las fortalezas individuales. Según la coyuntura de los cuidadores ellos son quien a menudo enfrentan elevados niveles de estrés y demandas emocionales, la Psicología Positiva puede proporcionar enfoques, así como estrategias valiosas para mejorar su bienestar psicológico y su calidad de vida. Ayuda a cambiar la atención de los aspectos negativos del cuidado hacia las

fortalezas y las experiencias positivas, lo que puede tener resultados favorables en la salud emocional de los cuidadores (Contreras y Esguerra, 2006).

Félix et al. (2018) indican que en la Teoría del Estrés y el Afrontamiento, desarrollada por Richard Lazarus y Susan Folkman se centra en cómo las personas evalúan y afrontan el estrés. En el contexto de los cuidadores, esta teoría examina cómo los cuidadores perciben las demandas del cuidado, evalúan sus recursos o cómo emplean estrategias de afrontamiento para lidiar con el estrés. Comprender y mejorar las estrategias de afrontamiento puede ayudar a promover el bienestar psicológico de los cuidadores.

Vázquez (2021) refiere que <sup>38</sup> la Teoría del Bienestar Psicológico de Carol Ryff, una psicóloga estadounidense, desarrolló esta teoría que se centra en las dimensiones clave que componen el bienestar psicológico. La teoría es un enfoque importante en el campo de la psicología positiva. Según esta teoría, el bienestar <sup>26</sup> no se define solo por la ausencia de problemas o trastornos psicológicos, sino que <sup>26</sup> se basa en una serie de dimensiones interrelacionadas que representan un estado de funcionamiento óptimo.

Esta teoría sugiere que estas dimensiones se relacionan entre sí y ayudan al bienestar psicológico general de una persona. Además, se ha utilizado de manera frecuente en investigaciones y prácticas para evaluar y fomentar el bienestar psicológico en diferentes grupos o situaciones. Proporciona una visión completa del bienestar, que no solo se trata de la falta de problemas psicológicos, sino que también se centra en el crecimiento y desarrollo personal (Chapoñan, 2021).

El Modelo de Ryff (1989) de Bienestar Psicológico, brinda una noción multidimensional y se estructura en seis dimensiones:

- i. Auto aceptación: es la postura de autorización y reconocimiento propio, de lo sucedido con anterioridad y de los sucesos buenos o malos de su vida, como un rasgo característico del funcionamiento psicológico ideal y satisfactorio de su estado mental. Los niveles bajos de este factor generan

disconformidad propia y frustración de lo sucedido con anterioridad, además de inquietud por ser distinto en el tiempo actual.

Ryff y Keyes (1995) refieren que la auto aceptación permite reconocer los puntos fuertes y vulnerables, además de los límites que permiten incrementar un comportamiento adaptativo en contextos agobiantes.

- ii. Relaciones positivas con otros: Se forman estrechas relaciones de intensa afinidad, estima, confianza, reconocimiento y cuidado por los demás como una característica de madurez y de estado mental. Un nivel deficitario muestra escasos vínculos significativos de cercanía con otros individuos lo que le genera retraimiento y decepción a causa de su inconveniente de ser cordial, transparente e involucrado con los demás.
- iii. Autonomía: Es la autogestión del desempeño propio sin la obligación de búsqueda del reconocimiento de los demás, ni apego a sus temores e ideología. La deficiencia en este factor revela que el individuo no soporta la imposición de su entorno en cuanto a las perspectivas, valoraciones y madurez del resto para emplear elecciones determinantes.
- iv. Dominio del entorno: es la sensación de dominio y aptitud cuando la persona intercede en su entorno con el objetivo de modificarlo y crear posibilidades que les proporcione beneficios. En este factor el individuo elige, establece, conduce o dirige su entorno y hace uso de las oportunidades como parte fundamental del desempeño favorable. El déficit de este factor en el individuo es el problema que posee de modificar el entorno por la carencia de dominio sobre sí mismo o por no procurar las posibilidades de realizarlo.
- v. <sup>38</sup> Propósito en la vida: Es la sensación de conducción, de establecer metas y deseos de ser eficaz que le proporcione una existencia con sentido hecho que favorece a su estado mental. Los bajos niveles de este factor en el individuo revelan carencia de propósito de conducción, fines y metas que le dan la impresión de que su existencia no tiene sentido.

- vi. Crecimiento personal: Es el mejoramiento y crecimiento de la capacidad que tiene el individuo y su desarrollo personal, abierto a recientes acontecimientos que lo reten en las distintas fases de su vida que favorezcan a una apropiada gestión psicológica. La deficiencia de este factor evidencia que un individuo se ha rendido en tomar recientes posturas y puntos de vistas en consecuencia se ha paralizado y no desea mejorar en un largo tiempo, teniendo desinterés por la vida.

La postura teórica que sustenta la presente investigación se basa en dos teorías principales. En este contexto, la investigación evidenció que existe una relación inversa entre la sobrecarga del cuidador y el bienestar psicológico, lo que significa que, a mayor sobrecarga menor es el bienestar psicológico. Este hallazgo se fundamenta en las siguientes teorías:

La primera es la Teoría de la Carga del Cuidado de Zarit-Burden (2011, como se citó en Alpuche et al., 2008). Esta teoría explica que los tutores de niños con discapacidad intelectual y motora enfrentan demandas constantes que generan una carga significativa, la carga se clasifica en dos tipos: la carga objetiva, que incluye alteraciones físicas, económicas y de tiempo derivadas del rol de cuidador; y la carga subjetiva, que comprende alteraciones psíquicas y sociales relacionadas con las emociones y percepciones del cuidador frente a su situación. Además, esta teoría identifica tres dimensiones clave de la carga del cuidado: el impacto del cuidado, que mide cómo las demandas afectan la vida cotidiana del cuidador; las relaciones interpersonales, que analizan la influencia del cuidado en las relaciones del cuidador con los demás; y las expectativas de autoeficacia, que se refieren a la percepción del cuidador sobre su capacidad para manejar las demandas del cuidado. Estas dimensiones permiten comprender cómo la sobrecarga afecta al bienestar psicológico, subrayando la importancia de crear espacios donde los cuidadores puedan recibir atención, apoyo y entrenamiento en habilidades para mejorar su desempeño y bienestar en todas las áreas.

La segunda teoría es la del Bienestar Psicológico de Carol Ryff (1989), que redefine el bienestar psicológico como algo más que la ausencia de problemas o trastornos mentales, esta teoría enfatiza un funcionamiento óptimo y positivo basado en seis

dimensiones interrelacionadas: la autonomía, entendida como la capacidad para tomar decisiones independientes y mantener la autodeterminación; el control sobre el entorno, que implica la habilidad para gestionar eficazmente el entorno y los recursos necesarios para cumplir objetivos personales; las relaciones saludables, que se refieren a la construcción de vínculos positivos y significativos con los demás; la aceptación personal, que implica el reconocimiento personal, incluyendo las fortalezas y debilidades; el crecimiento individual, que se centra en el desarrollo continuo de habilidades y potencial personal; y el sentido de la vida, que abarca tener un propósito claro y metas significativas. Esta teoría ayuda a evaluar el bienestar psicológico del cuidador en función de estas dimensiones, destacando la importancia de desarrollar habilidades personales para enfrentar las demandas del cuidado.

La asociación de estas perspectivas teóricas permite comprender de manera integral a los tutores de estudiantes con discapacidad intelectual y motora. Al relacionar la sobrecarga con el bienestar psicológico, se obtiene una visión más clara de cómo estos factores interactúan. Esto facilita la evaluación de los cuidadores y permite orientar intervenciones dirigidas a satisfacer sus necesidades y promover un equilibrio saludable entre el cuidado y el bienestar personal. A través de estas estrategias, se busca mejorar la calidad de vida tanto de los cuidadores como de los receptores de cuidado.

En cuanto a los estudios internacionales, se encontraron las siguientes investigaciones:

Calva y Cumbicus et al. (2024) en la investigación realizada en Ecuador, el objetivo fue establecer la relación entre el bienestar psicológico, apoyo social percibido y sobrecarga en los cuidadores de hijos con discapacidad. Se efectuó un estudio cuantitativo correlacional-transversal y un muestreo aleatorio simple. La muestra estuvo compuesta por 83 cuidadores de niños, utilizando la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, la escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (MSPSS) y el cuestionario de Sobrecarga del Cuidador de Zarit. Los resultados mostraron una correlación positiva entre las dimensiones bienestar psicológico y apoyo social, mientras que la variable sobrecarga del cuidador demuestra una correlación

inversamente proporcional con las variables bienestar psicológico y apoyo social, concluyendo que el grado de apoyo social informal que los cuidadores perciben de su entorno juega un papel crucial en lograr bienestar psicológico óptimo, ya que determina la existencia o no de sobrecarga.

Cabrera y Peñafiel (2024) aplicaron el estudio en Ecuador, con el objetivo de precisar el vínculo entre parentalidad, calidad de vida y sobrecarga de los cuidadores de NNA con minusvalía y establecer los perfiles parentales y de condición de vida de acuerdo con el tipo de minusvalía. Utilizaron un diseño cuantitativo descriptivo-transversal no experimental, con 104 cuidadores de NNA con TEA, discapacidad intelectual y parálisis cerebral, empleando el Test de Zarit, el WHOQOL-BREF y el EMBU-P. Los resultados mostraron que una mayor cercanía entre cuidador e hijo se asocia con un mayor apego. Concluyeron que la calidad de vida está vinculada con la sobrecarga y que los perfiles parentales cambian según la discapacidad, mostrando un mayor control los cuidadores de NNA con discapacidad intelectual mientras que los de NNA con TEA presentan mejor calidad de vida.

Mendoza y Rojas (2024) en la investigación realizada en Cochabamba, tuvieron como objetivo identificar la relación que existe entre calidad de vida y bienestar psicológico que presentan los padres de niños diagnosticados con TEA del CIDN-Comunica, empleando un estudio descriptivo correlacional de enfoque cuantitativo, bajo un diseño no experimental, teniendo una muestra de 22 padres de niños con TEA. Se utilizó un cuestionario Escala de bienestar psicológico elaborados por Ryff donde los resultados arrojan que de acuerdo con el bienestar psicológico se oscilan en la categoría de moderado, mientras que calidad de vida presentó un porcentaje medianamente alto. Se concluyó que si existe una correlación entre ambas variables.

Betzabe y Buezo (2024) en el artículo, tuvieron como objetivo identificar la relación que existe entre calidad de vida y el bienestar psicológico de los padres de niños TEA del Centro de Integración y Desarrollo Infantil (CIDN) Comunica en Cochabamba. El estudio es una investigación de tipo descriptivo correlacional con un enfoque cuantitativo, bajo un diseño no experimental, y se realizó con una

población conformada por 22 padres. La técnica utilizada fue la encuesta, y como instrumentos se emplearon dos cuestionarios debidamente validados (Escala de bienestar psicológico elaborados por Ryff y la escala de calidad de vida familiar elaborado por Verdugo, Sainz y Rodríguez). Los resultados obtenidos muestran que el bienestar psicológico se encuentra en una categoría moderada, mientras que la calidad de vida familiar presenta un porcentaje medianamente alto. Se concluyó que existe una correlación entre ambas variables de estudio.

Moscoso y Matovelle (2023), en la investigación perteneciente a la ciudad de Cuenca, su objetivo fue evaluar la sobrecarga del cuidador como riesgo laboral en cuidadores informales de personas con discapacidad. Su estudio fue descriptivo de corte transversal con una muestra de 123 cuidadores, aplicando el test de Zarit para medir la sobrecarga del cuidador. Los resultados muestran que la mayoría de los individuos (46.4) tenían entre 45 y 60 años, y el 82.9% eran mujeres. El 46.3% de los cuidadores principales eran madres o padres. La discapacidad más común fue la intelectual (46.3%), con un 27.6% de casos moderados y un 72.4% severos. La sobrecarga se observó en el 52.9% de los cuidadores, con un 29.3% de una sobrecarga ligera y un 23.6% de sobrecarga severa. Se concluye que existe una prevalencia de sobrecarga entre los cuidadores de personas con discapacidad.

García et al. (2022) en el artículo tuvieron como objeto de estudio precisar los factores de sobrecarga vinculados al cuidador primario informal de una institución de rehabilitación pediátrica, empleando un estudio cuantitativo, explicativo con un muestreo aleatorio, teniendo como muestra 182 cuidadores primarios informales. Se utilizó una ficha sociodemográfica, la Escala de Zarit y el índice de Barthel, teniendo como resultados una sobrecarga intensa del 60.6% y una sobrecarga ligera del 39.4%, concluyendo que las variables vinculadas a la sobrecarga son tener pareja y el cuidado extenso, identificándose que la dependencia afecta no solo a quien la sufre sino también al cuidador debido a que este deja de lado sus propias necesidades.

González (2022) en la tesis, tuvo por objetivo correlacionar los componentes de personalidad con el bienestar psicológico en cuidadores de individuos con minusvalía, empleando un estudio descriptivo, correlacional con una muestra de 90

cuidadores. Se empleó la Escala de Ryff y el cuestionario EPQ-R de Eysenck, donde los resultados arrojan una correlación de la dimensión de personalidad extraversión con la dimensión auto aceptación en 0.036 y propósito de vida en 0.469, la dimensión neuroticismo con dominio del entorno en 0.359 y relaciones positivas 0.323, la dimensión sinceridad con dominio del entorno en 0.278, asimismo, las dimensiones de bienestar psicológico se sitúan en un rango medio, a su vez los cuidadores presentan un rango alto del 77.8% de bienestar psicológico, el 16.7% arroja un rango moderado, el 4.44% en rango bajo y el 1.1% rango elevado, es decir los cuidadores presentan una actitud positiva con la vida.

Lira et al. (2022) en la investigación tuvieron como objetivo analizar la relación entre la gravedad de los síntomas en personas con TEA sobre la sobrecarga de los padres, moderada por el bienestar parental y el nivel pragmático del TEA. La hipótesis 1 propuso que cuanto mayor era la carga percibida, peor era el bienestar del cuidador. Los resultados mostraron una relación negativa entre la sobrecarga y el bienestar ( $r = -0,46$ ,  $p < 0,05$ ). Por lo tanto, se aceptó la H1, concluyendo que cuanto mayor es la carga percibida, peor es el bienestar del padre.

Cárdenas (2022) en la investigación tuvo como fin determinar la influencia del síndrome de sobrecarga en la calidad de vida del cuidador de pacientes con discapacidad en el primer nivel de atención. Realizo un estudio cuantitativo, de campo y correlacional con una muestra de 50 cuidadores de pacientes con discapacidad de la Parroquia Pilahuin. Se utilizó el test de Zarit para identificar que cuidadores presentaban síndrome de sobrecarga. Los resultados indicaron que el 76% de los cuidadores tiene una calidad de vida de nivel medio alto, mientras que el 52% experimenta sobrecarga leve, un 32% no tiene sobrecarga y un 16% enfrenta una sobrecarga intensa. Se concluye que el síndrome de sobrecarga tiene un impacto en la calidad de vida de los cuidadores, evidenciando una relación significativa entre ambas variables.

García et al. (2021) tuvieron como objeto examinar la correlación entre la sobrecarga, la calidad de vida y las particularidades sociodemográficas en cuidadores de individuos con discapacidad intelectual de la localidad de Cúcuta, empleando un estudio cuantitativo de diseño correlacional, no experimental-

transversal con un muestreo no probabilístico por conveniencia, teniendo una muestra de 30 cuidadores. Se utilizó un cuestionario sociodemográfico, la Escala de Zarit y la Escala de calidad de vida GENCAT, donde los resultados arrojan ausencia de sobrecarga en un 40%, sobrecarga leve y elevada ambas en un 60%, asimismo un 50% de los individuos muestran un alto índice de calidad de vida, y la otra mitad en un índice medio y bajo de calidad de vida, concluyendo que la mayor parte de los individuos no se encuentran listos para asumir ese rol el cual debe ser asumido por toda la familia para prevenir riesgos.

Arias y Muñoz (2019) en el estudio tuvieron por objetivo estimar la sobrecarga y la calidad de vida en cuidadores de estudiantes con discapacidad intelectual y dificultades múltiples de la ciudad de Curicó, Chile, empleando un diseño transversal, en una muestra de 137 cuidadores de estudiantes con distintos grados de discapacidad intelectual (leve, moderada y múltiple) y diversas minusvalías de centros municipales. Se utilizó la Escala Zarit y el cuestionario SF36, donde los resultados revelaron que el 62,9% de los niños tenía un deterioro intelectual leve, mientras que el 19,3% enfrentaba diversos obstáculos y el 17,9% experimentaba una discapacidad moderada, asimismo el 48.1% de los cuidadores de estudiantes con dificultades múltiples enfrentan una sobrecarga intensa y una elevada aflicción física, concluyendo que es preciso implementar proyectos que incorpore familiares en el proceso de formación permitiendo un enfoque integral reduciendo impactos negativos.

De acuerdo a los estudios a nivel nacional, se hallaron las siguientes investigaciones:

Flores y Villanueva (2024) realizaron una investigación en Lima con el propósito de determinar la relación entre la sobrecarga y el apoyo social del cuidador primario de niños y niñas con habilidades diferentes en una Institución de Educación Especial. Utilizaron un enfoque cuantitativo con un diseño no experimental, descriptivo y correlacional. La muestra estuvo conformada por 113 cuidadores primarios. Para la recolección de datos, Se aplicaron encuestas y dos instrumentos. Los resultados mostraron que el 59,3% de los cuidadores presentaron un nivel de sobrecarga intensa, mientras que el 74,3% experimentaron un bajo nivel de apoyo

social. En conclusión, se evidenció una relación negativa o inversa entre las variables de estudio.

Huaman (2023) en la tesis tuvo por objeto de estudio precisar el nivel de sobrecarga en el cuidador del individuo con minusvalía severa del distrito de Villa María del Triunfo, empleando un estudio cuantitativo de tipo correlacional-transversal y explicativo, en una muestra de 82 cuidadores. Se utilizó el cuestionario sociodemográfico y la Escala de Zarit, teniendo como resultados el 73.2% de los cuidadores presentan una sobrecarga intensa el 14.6% no evidenció sobrecarga y el 12.2% presenta una sobrecarga leve, concluyendo que gran cantidad de la población evidencia sobrecarga intensa, resultado que es elevado ya que la investigación se realizó en época de pandemia en donde no se hace un apropiado afrontamiento del rol.

Berlanga y Rojas (2023) llevaron a cabo un estudio en Lima con el objetivo de identificar los niveles de bienestar psicológico en padres de familia de un centro de educación básica especial. Este estudio, de enfoque cuantitativo y descriptivo simple, contó con una muestra de 110 progenitores. Con respecto a la recolección de datos, se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff dando como resultados que indican que el 34,5% de los participantes se encuentran en un nivel medio, el 32,7% en un nivel medio alto, el 20% en un nivel alto, el 10% en un nivel medio bajo y el 3% en un nivel bajo de bienestar psicológico. En conclusión, el nivel general de bienestar psicológico en los cuidadores es medio.

Bautista (2022) en la tesis tuvo por propósito determinar los componentes psicosociales que describen el surgimiento y nivel de la sobrecarga del cuidador principal de individuos con minusvalía, empleando un estudio documental en una muestra de 28 estudios y artículos. Los resultados revelan que existe múltiples componentes psicosociales que inciden en la sobrecarga entre los más representativos están el tiempo de asistencia, el tipo de minusvalía, la ayuda frente al cuidado, la educación de que manera llevar a cabo el cuidado.

Vázquez (2021) en la tesis, tuvo como objetivo evaluar la correlación entre actitudes maternas y bienestar psicológico en madres con niños de capacidades diferentes

de un centro educativo especial en la ciudad de Trujillo, se realizó un estudio descriptivo, correlacional en una muestra de 50 madres. Utilizando la Escala de Actitudes Maternas ERM y la Escala de Bienestar Psicológico EBP. Los resultados mostraron que el 38% de madres tienen un nivel medio, el 32% un nivel bajo y el 30% un nivel alto de bienestar psicológico. Se concluyó que existe una relación positiva en ambas variables de estudio de nivel medio de  $r=.471$ .

Álvarez y Zamata (2021) en la tesis tuvo por fin precisar las divergencias del bienestar psicológico entre los principales cuidadores de infantes con TEA y los principales cuidadores de infantes sin TEA de la provincia de Lima Metropolitana, empleando un estudio comparativo no experimental, en una muestra de 130 cuidadores. Utilizaron la Escala de Casullo BIEPS-A, donde los resultados revelan que los cuidadores de infantes con TEA presentan un mejor bienestar psicológico, concluyendo que los resultados brindan una visión nueva acerca del bienestar psicológico de los principales cuidadores.

### III. MATERIALES Y MÉTODOS

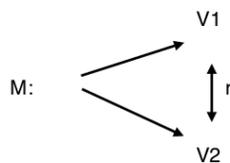
#### 3.1. Tipo y diseño de investigación

Tipo de investigación

En la presente indagación se examina dos variables, es de tipo cuantitativo-correlacional ya que se aplicó el test de bienestar psicológico de Ryff y la Escala de sobrecarga de Zarit para precisar la relación que existe entre estas variables (Hernández et al., 2014).

Diseño de investigación

Según Hernández et al. (2014) el diseño de esta investigación es no experimental, dado que no permite la manipulación ni la influencia sobre las variables estudiadas.



**Donde:**

**M:** Muestra

**X1:** Variable de estudio: Sobrecarga

**X2:** Variable de estudio: Bienestar psicológico

**01:** Resultado de la medición de variables.

**r:** Relación entre las variables de estudio.

### 3.2. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

H1: Si existe relación inversa entre <sup>2</sup> sobrecarga y bienestar psicológico de los cuidadores de estudiantes con discapacidad intelectual y motora de los CEBES de Tumbes 2022.

Ho: No existe relación inversa entre <sup>2</sup> sobrecarga y bienestar psicológico de los cuidadores de estudiantes con discapacidad intelectual y motora de los CEBES de Tumbes 2022.

### 3.3. VARIABLES

#### Sobrecarga

Definición conceptual: Prieto et al. (2015) señalan que es el nivel en que el cuidador nota que brindar atención ha impactado en los aspectos sociales, económicos y de salud de sus vidas

Definición operacional: La puntuación total se obtiene al sumar todos los ítems, con un rango que varía entre 22 y 110. Un puntaje más alto indica un alto <sup>29</sup> nivel de carga para el cuidador. No se cuentan con <sup>1</sup> normas o puntos de corte oficiales establecidos, a diferencia de <sup>1</sup> la versión española se sugieren los siguientes puntos de corte: 22-46 (no sobrecarga), 47-55 (sobrecarga leve) y 56-110 (sobrecarga intensa).

#### Bienestar psicológico

Definición conceptual: Según el bienestar psicológico es lo que resulta de lograr alcanzar los desafíos de la vida, a su vez <sup>4</sup> se refiere al nivel de satisfacción personal con el que puede llevarse a cabo (Salotti, 2006).

Definición operacional: Se utilizó la definición de medida dada por la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Los indicadores por sub escala son: Auto aceptación (Ítems:1,7,8,11, 17,25,34); Relaciones Positivas (Ítems:2, 13, 16, 18, 23, 31); Autonomía (Ítems:3,5,10,15,27); Dominio del Entorno (Ítems:6,19,26,29,32);

Propósito en la vida (Ítems:9,12,14,20,22,28,33,35) y Crecimiento personal (Ítems:4,21,24,30).

### 3.4. <sup>10</sup> POBLACIÓN, MUESTRA Y MUESTREO

#### Población

La población estuvo constituida por 174 <sup>2</sup> cuidadores de estudiantes con discapacidad intelectual y motora de los CEBES del departamento de Tumbes 2022.

**Tabla 1.**

*Distribución de la población de estudio*

CEBE	Estudiantes
N°002 San Nicolás de Tolentino-Tumbes	30
N°008 Divino Niño Jesús-Zorritos	35
N°006 Niño Jesús Praga - La Cruz	25
N°005 Tumbes	21
<sup>7</sup> N° 001 San Juan de Dios-Tumbes	32
N°003 San Francisco de Asís	31
Total	174

Fuente: Elaboración propia

#### Muestra

Según la fórmula estadística para población finita, se obtuvo una muestra de 120 <sup>2</sup> cuidadores de estudiantes con discapacidad intelectual y motora de los CEBES del departamento de Tumbes 2022.

<sup>4</sup> Fórmula para el cálculo de la muestra:

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

Dónde:

N: Población finita

n: Tamaño de la muestra.

$Z_{\alpha/2}^2$ : Nivel de confianza 95%

p: Probabilidad de éxito.

e: Error máximo tolerable.

q: Probabilidad de fracaso.

$$n = \frac{174 * 1.96^2 * 0.5 * 0.5}{0.05^2 * (174 - 1) + 1.96^2 * 0.5 * 0.5} = 119.9$$

**Tabla 2.**

*Distribución de la muestra de estudio*

CEBE	Participantes
N°002 San Nicolás de Tolentino-Tumbes	18
N°008 Divino Niño Jesús-Zorritos	20
N°006 Niño Jesús Praga - La Cruz	19
N°005 Tumbes	15
N° 001 San Juan de Dios-Tumbes	25
N°003 San Francisco de Asís	23
Total	120

Fuente: Elaboración Propia

#### Muestreo

Se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia, ya que no todos tienen la posibilidad de participar ya que hay un número predeterminado de participantes.

### 3.5. CRITERIOS DE SELECCIÓN

Criterios inclusión:

- Cuidadores de personas con discapacidad intelectual y motora que están matriculados en los CEBES del departamento de Tumbes
- Cuidador que desempeña la función principal del cuidado
- Cuidadores mayores de 18 años
- Cuidadores de personas con discapacidad intelectual y motora que den consentimiento para participar en la investigación

#### Criterios de exclusión:

- a. Cuidadores de personas con discapacidad intelectual y motora que no completen las respuestas de los cuestionarios aplicados.
- b. Cuidadores de personas con discapacidad intelectual y motora que no tengan las facultades físicas e intelectuales.

### 3.6. TÉCNICAS

#### Técnicas e instrumentos

Técnica: La técnica utilizada fue la encuesta, de acuerdo con Falcón y Herrera (2005) es aquel procedimiento que se realiza para obtener cifras o datos y de esta manera facilitar la elaboración de la investigación.

Instrumento: Se empleó dos instrumentos psicométricos los cuales brindan puntuaciones en una escala de Likert, a su vez estos instrumentos permiten obtener datos acerca del bienestar psicológico y la sobrecarga de los cuidadores primarios. Respecto a la primera variable se empleó el instrumento de evaluación: Test de Zarit- Escala de Sobrecarga del Cuidador, la cual consta de 22 preguntas y está dividida en tres escalas de medición: Ausencia de sobrecarga  $\leq 46$ , Sobrecarga ligera 47-55 y Sobrecarga intensa  $\geq 56$ . Cada respuesta puntúa del 1 al 5. Posteriormente, se suma el puntaje obteniendo un resultado entre 22 y 110 puntos. El instrumento posee validez de constructo, ya que el significado atribuido al constructo medido es adecuado, evaluando la relación entre las puntuaciones totales de la escala y los indicadores tanto de los cuidadores como de las personas con discapacidad.

En la validación española, se utilizaron los siguientes puntos de corte: De 22- 46 No sobrecarga, 47-55 Sobrecarga leve y 56-110 Sobrecarga intensa. La fiabilidad del test – retest, se obtuvo un coeficiente de correlación de Pearson del 0.86 entre las dos medidas. La escala arrojó 46 una consistencia interna satisfactoria, con un coeficiente Alfa de Cronbach de 0.91 (Cerqueira, 2019).

En la siguiente variable se empleó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, que evalúa el bienestar psicológico y está compuesta por 35 ítems distribuidos en 6 dimensiones: auto aceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal. Además, cuenta con validez de contenido, ya que el instrumento fue evaluado por 5 jueces mediante el método de análisis de V Aiken, concluyéndose que los ítems cumplen con los criterios establecidos, por lo que se recomendó que ningún ítem se elimine.

Para evaluar la validez del constructo, se determinó la correlación ítem-escala, siendo la correlación más alta de 710. Se identificaron cuatro ítems con bajas correlaciones, por lo que se recomendó su eliminación. No obstante, se concluyó que los ítems restantes son apropiados y relevantes para la Escala de Bienestar Psicológico de Riff. En cuanto a la confiabilidad de la escala, esta se calculó mediante el coeficiente Alpha de Conbach, obteniendo un valor de .907, lo que indica un alto nivel de consistencia interna. (Pérez, 2017).

### 3.7. PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS

Se presentaron solicitudes a los directores pertenecientes a cada uno de los CEBES de la región de Tumbes para la aplicación presencial del Test de Zarit-Escala de Sobrecarga del Cuidador y Escala de Bienestar Psicológico Ryff y el consentimiento informado a los cuidadores de niños con discapacidad intelectual y motora.

Con la información ya recogida a través de las encuestas, se procesó en Excel la base de datos, por consiguiente, se insertó los datos en un programa estadístico SPSS, seguidamente, se efectuaron las tablas estadísticas descriptivas, es decir las tablas de frecuencia individuales de ambas variables, tablas de relación de la variable sobrecarga con las dimensiones de bienestar psicológico y viceversa finalmente se utilizó la prueba de normalidad trabajando con Rho Spearman porque las variables son heterogéneas o anormales ya que su nivel de significancia es  $>0.05$ .

### 3.8. ASPECTOS ÉTICOS

El investigador asume la absoluta responsabilidad de los cuestionarios aplicados que sean altamente confiables donde no se vulnere su privacidad de los participantes.

Se tomaron en cuenta los <sup>10</sup> principios bioéticos planteados por Beauchamp y Childres (2019):

**Principio de beneficencia:** Considera a las acciones realizadas con el objetivo de beneficiar a las personas, es decir, los resultados permitirán intervenir de manera adecuada en ambas variables dentro de la población estudiada.

**Principio de no maleficencia:** Hace referencia a la aplicación de una apropiada praxis en donde los participantes no se encuentran en peligro alguno, es decir en esta investigación se les aclaró a los participantes de la investigación será totalmente confidencial donde se protegerán sus datos personales.

**Principio de autonomía:** Hace referencia al consentimiento informado o autorización que brinda el participante para ser participe o no del estudio, en esa línea se le brindó a cada cuidador primario una autorización donde elegían de manera voluntaria ser participe de la investigación.

**Principio de justicia:** Hace referencia al trato equitativo que se le brinda a los participantes del estudio en donde no exista violencia o discriminación alguna. En esa línea los no se ejerció violencia o discriminación alguna en los participantes, brindándoles un trato igualitario.

10  
**IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN**

**Tabla 3.**

2  
*Relación entre la sobrecarga y bienestar psicológico de los cuidadores de personas con discapacidad intelectual y motora de los CEBES – Tumbes 2022.*

		Sobrecarga	Bienestar Psicológico
Rho de Spearman	Coefficiente de correlación	de 1,000	-,869**
	Sig. (bilateral)	.	,000
	N	120	120
Bienestar Psicológico	Coefficiente de correlación	de -,869**	1,000
	Sig. (bilateral)	,000	.
	N	120	120

\*\* La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Elaboración Propia

En la tabla 3 se observa que el análisis de correlación de Spearman muestra un valor  $Rho = -,869$  que indica una correlación negativa fuerte entre sobrecarga y bienestar psicológico muestra; por lo cual se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, y se refiere que, si existe una relación entre las variables de estudio, en otras palabras, a mayor sobrecarga, menor bienestar psicológico perciben los cuidadores de estudiantes con discapacidad intelectual y motora en CEBES de Tumbes 2022.

**Tabla 4.**

*Nivel de sobrecarga de los cuidadores de personas con discapacidad intelectual y motora de los CEBES - Tumbes 2022.*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Sobrecarga Ligera	44	37%
Sobrecarga Intensa	34	28%
Ausencia de Sobrecarga	42	35%
	120	100%

En la tabla 4 se observa que 37% de los cuidadores presentan sobrecarga ligera, lo que sugiere un nivel leve de sobrecarga. Un 35% muestra una ausencia de sobrecarga, lo que indica en un rango menor no experimentan niveles significativos de carga psicológica o emocional en sus labores de cuidado, mientras que solo un 28% presenta sobrecarga intensa, lo cual podría afectar su bienestar psicológico y físico de manera considerable.

**Tabla 4.**

*Nivel de bienestar psicológico de los cuidadores de personas con discapacidad intelectual y motora de los CEBES - Tumbes 2022.*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bienestar Psicológico Alto	8	7%
Bienestar Psicológico Normal Alto	33	27%
Bienestar Psicológico Normal	44	37%
Bienestar Psicológico Normal Bajo	20	17%
Bienestar Psicológico Bajo	15	12%
	120	100%

En la tabla 5 se presentan, el 37% de los cuidadores tienen un nivel de bienestar psicológico normal reflejando un estado adecuado. Un bienestar psicológico normal alto 27% lo cual representa un nivel positivo de bienestar. Un 17% presenta un bienestar psicológico normal bajo, indicando un bienestar aceptable, aunque en el límite inferior. Además, el 12% se encuentra en un nivel de bienestar psicológico bajo muestra que podría estar enfrentando dificultades emocionales o psicológicas mientras que solo un 7% presentan un bienestar psicológico alto, lo cual representa un nivel positivo de bienestar.

**Tabla 6.**

*Relación entre sobrecarga y las dimensiones de bienestar psicológico de los cuidadores de personas con discapacidad de los CEBES - Tumbes 2022*

			Autoaceptación	Relaciones Positivas	Autonomía	Dominio del Entorno	Propósito en la vida	Crecimiento personal
Rho de Spearman	Sobrecarga	Coefficiente de correlación Sig. (bilateral)	-0.533	-0.687	-,730	-,573	-,600	-,501
		N	0.000	0.000	,000	,000	,000	,000
			120	120	120	120	120	120

Fuente: Elaboración Propia

En la tabla 6, según Rho de Spearman, se observa una correlación negativa fuerte y significativa entre la variable sobrecarga y las dimensiones de la variable bienestar psicológico, las cuales son auto aceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal Rho= -0.533, -0.687, -,730, -,573, -,600, -,501; respectivamente, ( $p > 0.05$ ), es decir, a mayor sobrecarga, mayores serán las dificultades que se presenten para lograr un buen bienestar psicológico.

**Tabla 5.**

<sup>3</sup> Relación entre bienestar psicológico y las dimensiones de sobrecarga de los cuidadores de personas con discapacidad intelectual y motora de los CEBES - Tumbes 2022.

			Impacto del Cuidado	Relación Interpersonal	Expectativas de autoeficacia
<sup>21</sup> Rho de Spearman	Bienestar Psicológico	Coefficiente de correlación Sig. (bilateral)	-.767	-.580	-.513
		N	.000	.000	.000
			120	120	120

Fuente: Elaboración Propia

En la tabla 7, según Rho de Spearman, <sup>35</sup> se observa una correlación negativa fuerte y significativa entre la variable bienestar psicológico y las dimensiones de la variable sobrecarga, las cuales son impacto del cuidado, relación interpersonal y expectativas de autoeficacia, siendo Rho= - 0.767, -0.580 y -0.513 respectivamente, ( $p > 0.05$ ); en otras palabras, mientras se perciba mayor bienestar psicológico, menor será el impacto del cuidado, menores dificultades existirán para relacionarse con el contexto y menor dificultad para organizar sus tareas o creer en sí mismo tendrá un cuidador.

## Discusión:

De acuerdo con los resultados obtenidos en el presente estudio, se llevó a cabo una discusión detallada que integró los aportes de diversos autores sobre la sobrecarga y el bienestar psicológico de los cuidadores de personas con discapacidad en los CEBES de Tumbes 2022.

En relación al primer objetivo, cuyo propósito fue determinar la relación que existe entre sobrecarga y bienestar psicológico de los cuidadores de personas con discapacidad de los CEBES - Tumbes 2022, en la tabla 3 se muestra que existe una fuerte relación negativa ( $Rho=-0,869$ ) entre las variables estudiadas. Por esta razón, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa, que plantea que si hay una relación entre ambas variables, en otras palabras, a mayor sobrecarga, menor bienestar psicológico perciben los cuidadores de estudiantes con discapacidad intelectual y motora de los CEBES de Tumbes 2022.

Dichos resultados son respaldados por las investigaciones de Calva y Cumbicus et al. (2024), quienes encontraron que la sobrecarga del cuidador presenta una correlación negativa inversamente proporcional con las variables bienestar psicológico y apoyo social. En conclusión, destacan que el nivel de apoyo social informal recibido por los cuidadores de hijos con discapacidad influye directamente en su bienestar psicológico, ya que determina si existe o no sobrecarga, a su vez presenta similitud con Lira et al. (2022) donde la hipótesis 1 propuso que cuanto mayor era la carga percibida, peor era el bienestar del cuidador debido a ello arrojó como resultado mostraron que existe una relación negativa entre la sobrecarga y el bienestar ( $r = -0,46$ ,  $p < 0,05$ ). Por lo tanto, se aceptó la H1, concluyendo que cuanto mayor es la carga percibida, peor es el bienestar del padre.

Los resultados se acercan a los presentados por Flores y Villanueva (2024) quienes obtuvieron un coeficiente de correlación Rho de Spearman ( $Rho=-0.427$ ), evidencia una correlación negativa entre el apoyo social y la sobrecarga del cuidador primario de niños y niñas con habilidades diferentes, es decir, a niveles altos de apoyo social, los niveles de sobrecarga del cuidador primario de niños y niñas con habilidades diferentes serán bajos y finalmente se asemejan con García et al. (2021)

encontraron en su estudio que ambas variables están relacionadas de manera inversamente proporcional, lo que indica que, a medida que aumenta el nivel de sobrecarga experimentado, la calidad de vida disminuye.

Se observa una variabilidad con los resultados de Vázquez (2021), ya que existe una relación positiva entre las variables de estudio que son actitudes maternas y bienestar psicológico, colocándose en un nivel medio de  $r=-.471$ .

Por lo cual, de acuerdo a la postura de Zarit Burden, explica que los cuidadores enfrentan una carga objetiva y subjetiva relacionada con sus responsabilidades de cuidado. Esto puede incluir ayudar con la movilidad, administrar medicamentos o apoyar las actividades de la vida diaria. Pese a ello, Carol Ryff en su postura del bienestar psicológico enfatiza que es posible prosperar en varias dimensiones del bienestar psicológico, destacando la importancia de desarrollar habilidades personales para enfrentar las demandas del cuidado.

<sup>27</sup> El primer objetivo específico fue identificar el nivel de sobrecarga de los cuidadores de personas con discapacidad intelectual y motora de Tumbes 2022, cuyos resultados en la tabla 4 los cuidadores muestran un nivel de sobrecarga de 65 % con sobrecarga ligera e intensa. Un 35% muestra una ausencia de sobrecarga lo que se evidencia una sobrecarga.

Estos resultados se respaldan con Cárdenas (2022), Moscoso y Matovelle (2023) quienes obtuvieron un nivel de sobrecarga ligera del 52% y 52.9% respectivamente siendo esta la que predominó en ambos estudios. A su vez con García et al. (2022) ya que obtuvieron un nivel de sobrecarga ligera del 39.4%, aunque predominó la sobrecarga intensa en un 60.6%, pese a ello los resultados de este autor se asemejan a la investigación ya que existe un porcentaje similar en lo que respecta a sobrecarga ligera.

Sin embargo, estos resultados difieren de García et al. (2021) quien obtuvo un mayor resultado en ausencia de sobrecarga del 40%, Arias y Muñoz (2019) determinan que el 48.1% de los cuidadores de estudiantes con dificultades múltiples enfrentan una sobrecarga intensa y Huaman (2023) que obtuvo como

resultado que el 73.2% de los cuidadores presentan una sobrecarga intensa, concluyendo que la mayor parte de la población evidencia sobrecarga intensa.

En relación a lo anterior, De Melo et al., (2019) explica que, pese a que el diagnóstico afecta a todo el entorno familiar, el familiar más afectado es aquel que asume el papel de cuidador primario, debido a que este se hace cargo de la mayor parte de las actividades, cambiando de este modo su estilo de vida, en el cual se pueden desencadenar enfermedades a corta o larga duración. Todas estas alteraciones resultado del acto de cuidar, deriva en un desgaste dando como consecuencia una sobrecarga (Cabada y Martínez, 2017).

Dando relevancia a la literatura de Rueda (2017) que refiere en la teoría desarrollada por Steven H. Zarit y Judy M. Zarit acerca de la carga de cuidado menciona al conjunto de responsabilidades, demandas y tensiones que enfrentan los cuidadores familiares al proporcionar atención a una persona con necesidades especiales y cuando la carga de cuidado se vuelve abrumadora y excede la capacidad de afrontamiento del cuidador, se habla de sobrecarga de cuidado; esto puede llevar a consecuencias negativas para la salud física y emocional del cuidador.

En conjunto con Parra et al. (2020) manifiestan que las responsabilidades de cuidado no se distribuyen equitativamente entre los miembros de la familia y recaen en el cuidador. A su vez, Tapia (2020) refiere que los cuidadores primarios a veces dedican una cantidad significativa de su tiempo en ayudar a su familiar, lo que puede llevar a su aislamiento de la sociedad, lo que tiene implicaciones sociales; también provoca desgaste físico y psicológico, afectando la asistencia a actividades sociales, las labores de ocio, la intimidad, el sueño y la solvencia económica (Castro, 2019).

Respecto al segundo objetivo específico que fue identificar el nivel de bienestar psicológico de los cuidadores de estudiantes con discapacidad intelectual y motora en CEBES de Tumbes 2022, en la tabla 5 se visualiza que el 37% de los cuidadores tienen un nivel de bienestar psicológico normal. Un bienestar psicológico normal alto 27%. Un 17% presenta un bienestar psicológico normal bajo. Además, el 12%

se ubica en un nivel de bienestar psicológico bajo, mientras que solo un 7% presentan un bienestar psicológico alto, lo que sugiere que la mayoría de los cuidadores gozan un grado normal de satisfacción con la vida, en la que predomina un estado de ánimo adecuado, el cual permite que la persona desarrolle su crecimiento personal.

Concuerda con Vázquez (2021) en la tesis, los resultados evidencian que el 38% de madres tienen un nivel medio de bienestar psicológico, el 32% un nivel bajo y el 30% un nivel alto, asimismo, conjuntamente con Berlanga y Rojas (2023) los resultados arrojaron que el 34,5% se ubican en el nivel medio, el 32,7% en el nivel medio alto, el 20% en el nivel alto y el 10% en el nivel medio bajo y el 3% en el nivel bajo.

Los resultados difieren con González (2022) que, a su vez los cuidadores presentan un rango alto del 77.8% de bienestar psicológico, el 16.7% se encuentra en un rango moderado, el 4.44% en un rango bajo y el 1.1% en un rango elevado, es decir los cuidadores presentan una actitud positiva con la vida, asimismo, difieren de Álvarez y Zamata (2021), estos autores revelan según sus resultados que los tutores de infantes con TEA presentan un mejor bienestar psicológico, concluyendo que los resultados brindan una visión nueva acerca del bienestar psicológico de los principales cuidadores.

De acuerdo a la literatura Vera et al. (2013) señalan que la Teoría del Bienestar de Carol Ryff el bienestar no se limita a la ausencia de problemas o trastornos psicológicos, sino que se basa en una serie de dimensiones interrelacionadas que representan un estado de funcionamiento óptimo. Estas dimensiones interactúan entre sí y contribuyen al bienestar psicológico global de una persona, ofrece una perspectiva holística del bienestar enfocado en la mera ausencia de problemas psicológicos y centran sus resultados en el florecimiento y el desarrollo personal (Chapoñan, 2021).

Sin embargo, Tapia (2020) refiere que los cuidadores primarios a veces dedican una cantidad significativa de su tiempo en ayudar a su familiar, lo que puede llevar a su aislamiento de la sociedad, lo que tiene implicaciones sociales; a su vez Castro

(2019) afirma que provoca desgaste físico y psicológico, afectando los vínculos sociales, la intimidad, el sueño y aumentando las actividades de ocio afectando la solvencia económica.

Respecto al tercer objetivo específico que fue determinar la relación entre la sobrecarga y las dimensiones de la variable bienestar psicológico de los cuidadores de personas con discapacidad de los CEBES Tumbes 2022, cuyos resultados en la tabla 6, evidencian que existe una correlación negativa fuerte y significativa entre la variable sobrecarga con las dimensiones de la variable bienestar psicológico, las cuales son auto aceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal  $Rho = -0.533, -0.687, -,730, -,573, -,600, -,501$ ; respectivamente, ( $p > 0.05$ ), es decir, a mayor sobrecarga, las dificultades que se presenten para lograr un buen bienestar psicológico aumentarían.

Los resultados difieren según Flores y Villanueva (2024) que manifiestan en la tesis con respecto a la variable calidad de vida con las dimensiones de bienestar psicológico los resultados oscilan una correlación positiva fuerte con las dimensiones de propósito de vida y dominio del entorno mostrando una correlación de Pearson de 0.819; 0.612; en auto aceptación y crecimiento personal se visualiza una correlación positiva moderada, con un puntaje de 0.680; 0.574 siguiente de la dimensión de autonomía, se observa una correlación moderadamente débil, ya que se obtuvo un puntaje de 0.449 y en relaciones positivas, donde se obtuvo un puntaje de 0.297 indicando una correlación positiva débil.

Del mismo modo, difieren con Betzabe y Buezo (2024) según el estudio de correlación de Spearman presentada en la correlación entre dimensión de extraversión y bienestar psicológico, se determinó que existe relación entre dimensión de extraversión con auto aceptación ( $Rho = 0.336$ ) con propósito de vida ( $Rho = 0.469$ ) y con el total de bienestar ( $Rho = 0.276$ ), mientras que la dimensión de neuroticismo se relaciona con dominio del entorno ( $Rho = 0.359$ ) y con relaciones positivas ( $Rho = 0.323$ ), finalmente la escala de sinceridad se relaciona con dominio del entorno ( $Rho = 0.278$ ) y con el total de bienestar ( $Rho = 0.246$ ).

En relación al antecedente, Bautista (2022) en su tesis tuvo por propósito determinar los componentes psicosociales que describen el surgimiento y nivel de la sobrecarga del cuidador principal de individuos con minusvalía. Los resultados revelan que existe múltiples componentes psicosociales que inciden en la sobrecarga entre los más representativos están el tiempo de asistencia, el tipo de minusvalía, la ayuda frente al cuidado, la educación de que manera llevar a cabo el cuidado.

De acuerdo a la literatura Lipa (2018) refiere que, la sobrecarga se refiere a las consecuencias adversas que una dolencia impone sobre el bienestar de las personas responsables de su cuidado. A su vez, Tapia (2020) refiere que los cuidadores primarios a veces dedican una cantidad significativa de su tiempo en ayudar a su familiar, lo que puede llevar a su aislamiento de la sociedad, ocasionando que dejen de participar en actividades que antes realizaban con facilidad. Los estudios han mostrado hallazgos que sugieren que los cuidadores informan tener poco tiempo personal, lazos sociales débiles y no poder disfrutar del tiempo libre que les brindan en su trabajo.

Respecto al último objetivo específico, fue <sup>18</sup> determinar la relación entre el bienestar psicológico y las dimensiones de sobrecarga de los cuidadores de personas con discapacidad de los CEBES Tumbes 2022, cuyos resultados en la tabla 7 evidencian que existe, una correlación negativa fuerte y significativa entre la variable bienestar psicológico y las dimensiones de la variable sobrecarga que son <sup>29</sup> impacto del cuidado, relación interpersonal y expectativas de autoeficacia, siendo  $Rho = -0.767, -0.580$  y  $-0.513$  respectivamente, ( $p > 0.05$ ); en otras palabras, mientras se perciba mayor bienestar psicológico, menor será el impacto del cuidado, menores dificultades existirán para relacionarse con el contexto y menor dificultad para organizar sus tareas o creer en sí mismo tendrá un cuidador.

Los resultados concuerdan con los presentados por González (2022), donde <sup>5</sup> el coeficiente de correlación según Rho de Spearman ( $Rho = -0.450; -0.410, -0.420, -0.227$ ), arroja una correlación negativa entre la dimensión apoyo afectivo, emocional, interactivo e instrumental de la variable apoyo social y la sobrecarga del cuidador primario, resultando estadísticamente significativa ( $p = 0.000$ ). De esta

forma, niveles altos de apoyo social se sitúan en niveles bajos de sobrecarga del cuidador primario.<sup>5</sup>

Por lo tanto, Ryff y Keyes (1995) refieren que la auto aceptación permite reconocer los puntos fuertes y vulnerables, además de los límites que permiten incrementar un comportamiento adaptativo en contextos agobiantes, Los niveles bajos de este factor generan disconformidad propia y frustración de lo sucedido con anterioridad, además de inquietud por ser distinto en el tiempo actual.

Asimismo, Ryff (1989) señala que, en el dominio del entorno, el individuo elige, establece, conduce o dirige su entorno y hace uso de las oportunidades como parte fundamental del desempeño favorable. El déficit de este factor en el individuo es el problema que posee de modificar el entorno por la carencia de dominio sobre sí mismo o por no procurar las posibilidades de realizarlo.

Del mismo modo en el crecimiento personal, el individuo mejora su capacidad y su desarrollo personal, abierto a recientes acontecimientos que lo reten en las distintas fases de su vida que favorezcan a una apropiada gestión psicológica. La deficiencia de este factor evidencia que un individuo se ha rendido en tomar recientes posturas y puntos de vistas en consecuencia se ha paralizado y no desea mejorar en un largo tiempo, teniendo desinterés por la vida.

En definitiva, los cuidadores de personas con discapacidad pueden experimentar sobrecarga cuando el cuidador únicamente se hace cargo de las actividades o las necesidades de un familiar con discapacidad, asimismo, su bienestar psicológico puede verse afectado ya que se restringen actividades personales o el estilo de vida cambia para esta persona, en donde se ve afectado la salud física y mental; sin embargo se ha evidenciado que existe una sobrecarga ligera y un bienestar psicológico equivalente a su normalidad cuando la familia ayuda en la atención que algún integrante de la familia que presenta dificultades tanto físicas como intelectuales.

## V. CONCLUSIONES

1. En este estudio se comprueba <sup>17</sup> que existe una correlación negativa fuerte entre las variables, por lo cual, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna en otras palabras, a <sup>1</sup> mayor sobrecarga, menor bienestar psicológico perciben <sup>2</sup> los cuidadores de estudiantes con discapacidad intelectual y motora de los CEBES de Tumbes 2022.
2. Los cuidadores de <sup>2</sup> estudiantes con discapacidad intelectual y motora de los CEBES de Tumbes presentan un nivel de sobrecarga de 65 % con sobrecarga ligera e intensa. Un 35% muestra una ausencia de sobrecarga, es decir en mayor porcentaje presentan una sobrecarga respecto al cuidado de los estudiantes.
3. De acuerdo a la Escala de Ryff, el 37% de los cuidadores tienen un nivel de bienestar psicológico normal. Un bienestar psicológico normal alto 28%. Un 17% presenta un bienestar psicológico normal bajo. Además, el 13% se encuentran <sup>30</sup> en un nivel de bienestar psicológico bajo, mientras que solo el 7% presentan un bienestar psicológico alto, es decir la mayor parte de los cuidadores posee una satisfacción personal normal y un estado de ánimo positivo.
4. Existe una correlación negativa fuerte significativa ( $p > 0.05$ ) entre la sobrecarga y las dimensiones de bienestar psicológico; asimismo, lo que sugiere que, a mayor sobrecarga, mayores serán las dificultades que se presenten para lograr un bienestar psicológico.

5. Existe una correlación negativa fuerte significativa ( $p > 0.05$ ) entre bienestar psicológico y las dimensiones de sobrecarga, lo que sugiere que, a mayor bienestar psicológico experimente el cuidador menores dificultades tendrá para relacionarse con el medio y menor dificultad para organizar sus labores o creer en sí mismo.

## VI. RECOMENDACIONES

1. A UGEL Tumbes, en implementación de enfoque de discapacidad, visibilice las necesidades de los estudiantes con discapacidad, adaptando y desarrollando actividades educativas para atender sus necesidades específicas e incrementar la cobertura de Cebes en zonas rurales.
2. Al área de Psicología de la UNTUMBES, brindar talleres y charlas enfocados en el bienestar psicológico, atenciones y pautas a seguir para mayor conocimiento del tema como también se sugiere a las autoridades de la UNTUMBES ofrecer especializaciones para profesionales en psicología, enfocadas en educación especial y abarcando diversos temas vinculados al cuidado de personas con discapacidad.
3. A los investigadores incrementar estudios de esta línea de investigación acerca de las variables de sobrecarga y bienestar psicológico en los cuidadores de personas con discapacidades múltiples, sensoriales, deficiencias del aprendizaje y del desarrollo, etc.
4. A la Dirección Regional de Salud de Tumbes (DIRESA) fomentar iniciativas que refuercen las estrategias destinadas a reducir la sobrecarga del cuidador primario y proporcionar mayor atención a los pacientes en las áreas de nutrición y psicología.
5. A MINEDU implementar estrategias de formación a cada cuidador, políticas públicas que promuevan la inclusión en cada CEBE de la región de tumbes, capacitar a los docentes con nuevas formas de trabajo y realizar programas de servicio alimentario basado en ayudar en la canasta básica familiar de los cuidadores.



## VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguilar, A. A., Herruzo, C. J., & Pino, O. M. (2022). Estilos de cuidado y la implicación como protector psicológico del cuidador de personas con Parkinson en España. *Scielo*, 39(1), 27-40
- Alburqueque, V. J. (2024). *Alcances sobre la situación de las personas con discapacidad y el ejercicio de sus derechos*. Lima-Perù: Defensoría del Pueblo - MICDPD. <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/1294046/Serie-Informes-Especiales-N%C2%BA-030-2020DP-volumen-1.pdf>
- Alca, M., & Ramos, E. R. (2019). *Nivel de sobrecarga asociado a las características sociodemográficas de los cuidadores informales de pacientes con trastornos mentales, en el hospital Daniel Alcides Carrión, Bellavista 2019 [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional del Callao]*. Repositorio institucional de la Universidad Nacional del Callao. <https://hdl.handle.net/20.500.12952/6010>.
- Alpuche, R. V., Ramos del Rio, B., Rojas, R. M., & Gonzalo, F. L. (2008). Validez de la entrevista de Carga de Zarit en una muestra de cuidadores primarios informales. *Psicología y Salud*, 18(002), 237-245.
- Alvarado, J. M., Contreras, L. R., & Cruz, C. R. (2021). Experiencias familiares, estrategias de afrontamiento y salud de madres y padres de niñez con autismo. *ECA: Estudios Centroamericanos*, 76(764), 89-111. doi:10.51378/eca.v76i764.4576
- Álvarez, D., & Zamata, A. (2021). *Comparación del bienestar psicológico entre cuidadores primarios de niños con TEA y sin TEA de Lima Metropolitana durante el 2020 [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]*. Repositorio Institucional de la Universidad Privada del Norte. <https://hdl.hand>

le.net/11537/28898.

Andrade, P. A., & Villaprado, A. W. (2021). Impacto emocional en las familias que presentan personas con discapacidades atendidas en el Dispensario El Higuérón. *Dialnet*, 6(6), 1144-1171. doi:<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8016960>

Arias, C., & Muñoz, Q. M. (2019). Calidad de vida y sobrecarga en cuidadores de escolares con discapacidad intelectual. *Interdisciplinaria*, 36(1), 257-272.

Asencios, R. d., & Pereyra, H. (2019). Carga de trabajo del cuidador según el nivel de funcionalidad de la persona con discapacidad en un distrito de Lima. *Anales de la Facultad de Medicina*, 80(4), 451-456. doi:<https://doi.org/10.15381/anales.v80i4.16441>

Astudillo, J., & Tapia, L. E. (2018). *Sobrecarga del cuidador familiar y su relación con el grado de dependencia en adultos mayores de los consultorios externos de geriatría del centro medico naval, 2017 [Tesis de licenciatura, Universidad Norbert Wiener]*. Repositorio Institucional de la Universidad Norbert Wiener. <https://hdl.handle.net/20.500.13053/1695>.

Ayala, J. L. (2024). *Plan de formación de cuidadores de personas con discapacidad severa- Programa Contigo*. Lima-Perú: Ministerio de desarrollo e inclusión social. Obtenido de [https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/6844743/5921029-plan-de-formacion-de-cuidadores\\_20082024-2-26-08-2024-f-f-f.pdf?v=1724716025](https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/6844743/5921029-plan-de-formacion-de-cuidadores_20082024-2-26-08-2024-f-f-f.pdf?v=1724716025)

Barreto, L. J., & Vera, V. F. (2019). La discapacidad severa y el impacto emocional en las familias que acuden al centro de salud Fatima de Manabi-Ecuador. *Cognosis*, IV(2). doi:10.33936/cognosis.v4i2.1781

Bautista, E. E. (2022). *Determinantes psicosociales asociados a la sobrecarga del cuidador primario de personas con discapacidad [Tesis de*

licenciatura, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio Institucional de la Universidad Peruana Cayetano Heredia. <https://hdl.handle.net/20.500.12866/12845>.

Beauchamp, T. L., & Childres, J. F. (2019). *Principles of Biomedical Ethics*. New York: Oxford University Press.

Berlanga, B. E., & Rojas, A. L. (2023). *Niveles de bienestar psicológico en padres de familia de un centro de educación básica especial*. Lima-Perú: Repositorio UPLA. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.12848/8084>

Betzabe, M. J., & Buezo, R. R. (2024). Calidad de vida y bienestar psicológico en padres de niños diagnosticados con trastorno del espectro autista del Centro de desarrollo neurológico Comunica. *Alternancia – Revista de Educación e Investigación*, 6(11), 67 - 80. doi:<https://doi.org/10.37260/alternancia.v6n11.5>

Bianchi, M., Flesch, L. D., Alves, E. V., Batistoni, S. S., & Neri, A. L. (2016). Zarit Burden Interview Psychometric Indicators Applied in Older People Caregivers of Other Elderly. *Rev. Latino-Americana de Enfermagem*, 24, 1-9. doi:10.1590/1518-8345.1379.2835

Cabada, E., & Martínez, V. A. (2017). Prevalencia del síndrome de sobrecarga y sintomatología ansiosa depresiva en el cuidador del adulto mayor. *Psicología y Salud*, 27(1), 53-59.

Cabada, E., & Martínez, V. A. (2017). Prevalencia del síndrome de sobrecarga y sintomatología ansiosa depresiva en el cuidador del adulto mayor. *Psicología y Salud*, 27(1), 53-59.

Cabrera, M., & Peñafiel, V. (2024). Parentalidad, calidad de vida y sobrecarga de cuidadores de niños y adolescentes con discapacidad. *Revista Psicología UNEMI*, 8(14), 78-89. doi:10.29076/issn.2602-8379vol8iss14.2024pp78-89p

Calva-Cumbicus, J. A., Vaca-Izquierdo, Y. L., Villavicencio-Aguilar, C. E., & Rojas-Preciado, W. J. (2024). Bienestar psicológico, apoyo social y

sobrecarga en los. *Psicogente*, 27(51), 1-24.  
doi:10.17081/psico.27.51.6498

<sup>15</sup>  
Cárdenas, D. V. (2022). Síndrome de sobrecarga y calidad de vida del cuidador de pacientes con discapacidad en el primer nivel de atención. *Polo del Conocimiento*, 7(1), 702-717. doi:10.23857/pc.v7i1.3504

Carretero, S., Garcés, J., Ródenas, F., & López, V. (2006). La sobrecarga de las cuidadoras de personas dependientes: Análisis y propuestas de intervención psicosocial. *Población*, 1(557), 3-7.

Castro, I. (2019). *Nivel de sobrecarga en el cuidador familiar principal del adulto mayor con dependencia grado ii adscrito al programa de atención domiciliaria del hospital III José Cayetano Heredia, Marzo – Abril 2019* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de Piura]. Repositorio de la <sup>18</sup> Universidad Nacional de Piura. <http://repositorio.unp.edu.pe/handle/20.500.12676/2254>.

Carqueira, C. M. (2019). *Sobrecarga emocional y afrontamiento en cuidadores informales de pacientes esquizofrénicos de un Centro de Salud – Trujillo* [Tesis de licenciatura, Universidad San Pedro]. Repositorio Institucional de la Universidad San Pedro. <http://repositorio.usanpedro.edu.pe/handle/USANPEDRO/13857>.

Chapoyán, M. (2021). *Análisis teórico del bienestar psicológico formulado por <sup>34</sup> Carol Ryff y Martina Casullo* [Trabajo de grado, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo]. Repositorio de Tesis de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo. <http://hdl.handle.net/20.500.12423/4371>.

Contreras, F., & Esguerra, G. (2006). Psicología positiva: una nueva perspectiva en psicología. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 2(2), 311-319.

Cosano, F. (2015). *Apoyo social y empowerment en la satisfacción laboral y vital de los trabajadores sociales* [Tesis doctoral, Universidad de Málaga]. Repositorio Institucional de la Universidad de Málaga. <http://hdl.handle.net/10630/11774>.

- De la Revilla, A. L., D. I., Prados, Q. M., & Abril, G. A. (2019). La sobrecarga de la cuidadora principal análisis de las circunstancias que intervienen en su producción. *Med fam Andal*, 20(2), 122-133. Obtenido de [https://www.samfyc.es/wp-content/uploads/2020/01/v20n2\\_O\\_sobrecargaCP.pdf](https://www.samfyc.es/wp-content/uploads/2020/01/v20n2_O_sobrecargaCP.pdf)
- De Melo Parente, F., Alcantud, F., & Oliver, A. (2019). Adherencia al tratamiento de los cuidadores de niños con Trastorno del Espectro Autista. *European Journal of Child Development, Education and Psychopathology*, 7(2), 145-157. doi:10.30552/ejpad.v7i2.116
- Falcón, J., & Herrera, R. (2005). *Análisis del dato Estadístico (Guía Didáctica)*. Caracas: Universidad Bolivariana de Venezuela.
- Félix, R., García, C., & Mercado, S. (2018). El estrés en el entorno laboral. *Cultura Científica Y Tecnológica*, 64(15), 31-42.
- Flores, C. G., & Villanueva, R. X. (2024). *Sobrecarga y apoyo social del cuidador primario de una I.E para infantes con habilidades diferentes*. Lima-Perù: Repositorio UPCH. Obtenido de [https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/15532/Sobrecarga\\_FloresCordova\\_Genesis.pdf?sequence=1](https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/15532/Sobrecarga_FloresCordova_Genesis.pdf?sequence=1)
- García, A., Madrid, P., Santiago, M., Cuellar, D., Ibarra, A., Arellano, J., & Altamira, R. (2022). Factores asociados a la sobrecarga del cuidador principal informal en un centro de rehabilitación infantil. *Lux Médica*, 17(50), 1-11. doi:10.33064/50lm20223198
- García, K., Quintero, S., Trespalacios, S., & Fernández, M. (2021). Sobrecarga y calidad de vida en cuidadores familiares de personas con discapacidad intelectual. *Gac Med Caracas*, 129(1), 65-73. doi:10.47307/GMC.2021.129.1.9
- Garzón, L. M. (2017). *Calidad de vida del cuidador informal de personas con discapacidad intelectual grave del proyecto de atención en el hogar y la comunidad de la ciudad de Machala en el año 2016 [Tesis de maestría,*

Universidad de Guayaquil]. Repositorio Institucional de la Universidad de Guayaquil. <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/26536>.

Gonzales, N. (2018). *Sobrecarga del cuidador informal del adulto mayor de San Genaro- Chorrillos Junio 2018 [Tesis de licenciatura, Universidad Privada San Juan Bautista]*. Repositorio Institucional Universidad Privada San Juan Bautista. <https://hdl.handle.net/20.500.14308/1924>.

González, C. (2022). *Dimensiones de personalidad y su relación con el bienestar psicológico en cuidadores de personas con discapacidad [Tesis de grado, Universidad Técnica de Ambato]*. Repositorio Institucional de la Universidad Técnica de Ambato. <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/34782>.

González, C. C. (2022). *Dimensiones de personalidad y su relación con el bienestar psicológico en cuidadores de personas con discapacidad*. Ambato – Ecuador: Repositorio Universidad Tecnica de Ambato.

Gracia, E. (2011). Apoyo social e intervención social y comunitaria. En I. Fernández, J. F. Morales, & F. Molero (Coords), *Psicología de la Intervención Comunitaria* (págs. 129-167). Desclee de Brouwer.

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. México, México: McGraw-Hill Education.

Huamán, H. P. (2021). *Calidad de vida y niveles de sobrecarga en el cuidador informal de pacientes hospitalizados en el servicio de medicina interna del hospital III Goyoneque - Arequipa - 2021 [Tesis de licenciatura, Universidad Católica de Santa María]*. Repositorio Institucional de la Universidad Católica de Santa María. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12920/10790>.

Huaman, J. (2023). *Sobrecarga en el cuidador de la persona con discapacidad severa registrada en Villa María del Triunfo, 2021 [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]*. Repositorio Institucional de Tesis y Trabajos de Titulación de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. <https://hdl.handle.net/20.500.12672/21512>.

Larvn Vera, J. (2013). *Vivir con el autismo, una experiencia relacional: guía para cuidadores*. Octaedro.

Lipa, M. C. (2018). *Sobrecarga y calidad de vida en cuidadores familiares de personas con cancer en tratamiento. Servicio de oncología, hospital III Goyeneche, Arequipa 2017 [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]*. Repositorio Institucional Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/5145>.

Lira, E. M., Pacual, R. C., Sanclemente, M. P., Martín-Hernández, P., Gil-Lacruz, M., & Gil-Lacruz, A. (2022). The Influence of ASD Severity on Parental Overload: The Moderating Role of Parental Well-Being and the ASD Pragmatic Level. *Children (Basel, Switzerland)*, 9(6), 769. doi:10.3390/children9060769

Luque-Rojas, M. J., Luque, J. D., & Tena, A. M. (2021). Aspectos de reflexión en la acción tutorial sobre los hermanos de niños con discapacidad. *Revista de Orientación Educativa AOSMA*(30), 6-14.

Macedo, J. S., & Pilco, S. K. (2016). *Síndrome de sobrecarga del cuidador en cuidadores informales de pacientes del servicio de psicología y del servicio de psiquiatría del Hospital Nacional Carlos Alberto Seguín Escobedo, Arequipa – 2015 [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Unión]*. Repositorio Institucional Universidad Peruana Unión. <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/261>.

Martinez, C. S., & Granizo, G. N. (2024). *Efectos psicológicos en la familia como consecuencia del cuidado a personas con discapacidad física e intelectual*. Riobamba, Ecuador: Repositorio UNACH.

Medina, N. (2021). *Nivel de carga del cuidador principal de personas con discapacidad atendidos en el Centro de Salud Atuntaqui, 2021 [Tesis de Licenciatura, Universidad Técnica del Norte]*. Repositorio Digital UTN. <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/11392>.

Mendoza, B. M., & Rojas, R. B. (2024). Calidad de vida y bienestar psicológico en padres de niños diagnosticados con trastorno del espectro autista del Centro de desarrollo neurológico Comunica en la ciudad de Cochabamba -Bolivia. *Alternancia-Revista de Educación e Investigación*, 6(11), 67 - 80. doi:<https://doi.org/10.37260/alternancia.v6n11.5>

Mendoza, M., & Sisa, T. (2021). *Bienestar Psicológico y resiliencia en padres de niños con autismo de la ONG Autismo AQP [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]*. Repositorio Institucional de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/20.500.12773/13655>.

Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables. (2015). Decreto Supremo que crea el Programa de pensión por discapacidad severa. Obtenido de <https://www.gob.pe/institucion/mimp/normas-legales/467089-004-2015-mimp>

Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables. (2024). *RESUMEN EJECUTIVO DEL DEPARTAMENTO DE TUMBES*. Tumbes: Oficina general de monitoreo, evaluación de políticas y gestión descentralizada.

Montes, R. M. (2021). *"Parentalidad positiva y bienestar psicológico en padres de niños con síndrome de Down de un centro educativo básico especial en Trujillo"*. Trujillo-Perú: Repositorio UPAO.

Montorio, I., Fernández de Trocóniz, M. I., López, A., & Sánchez, M. (1998). La Entrevista de Carga del Cuidador. Utilidad y validez del concepto de carga. *Anales de Psicología*, 14(2), 229-248.

Moscoso, M. P., & Matovelle, B. D. (2023). Sobrecarga del cuidador, riesgo laboral en cuidadores informales de personas con discapacidad. *Revista de Estudios Contemporáneos del Sur Global*, 4(11), 1-15. doi:10.46652/pacha.v4i11.204

Palomino, H. Y. (2022). *Sobrecarga del cuidador en adultos mayores de la asociación Las Americas de Ate Vitarte-2022 [Tesis de licenciatura, Universidad Privada San Juan Bautista]*. Repositorio Institucional de la

Universidad Privada San Juan Bautista.  
<https://hdl.handle.net/20.500.14308/4348>.

- Parra, M., Cid, P., & Orellana, A. (2020). Autoeficacia en cuidadores de personas con discapacidad: Revisión integrativa. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*(24), 79-85. doi:10.19131/rpesm.0284
- Pérez, M. A. (2017). *Adaptación de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en trabajadores de empresas industriales del Distrito de Los Olivos [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]*. Repositorio Institucional de la Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/11339>.
- Prieto, S., Arias, N., Villanueva, E., & Jiménez, C. (2015). Síndrome de sobrecarga del cuidador en familiares de pacientes geriátricos atendidos en un hospital de segundo nivel. *Med Int Méx*, 31(6), 660-668.
- Quintero, F. J., Amaris, M. d., & Pacheco, R. A. (2020). Afrontamiento y funcionamiento en familias en situación de discapacidad. *Revista Espacios*, 41(17), 21-30.
- Rabelo, S. A. (2022). Factores asociados al bienestar psicológico de cuidadores de personas con discapacidad. *Repositorio Universidad Católica de Pereyra RIBUC*, 1-26. Obtenido de <http://hdl.handle.net/10785/12061>
- Rivas, M. G., & Tapahuasco, V. K. (2022). *Sobrecarga del cuidador familiar de pacientes con enfermedad crónica que acuden al centro de salud Raúl Porras Barrenechea - Carabayllo, 2022 [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]*. Repositorio Digital Institucional de la Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/106315>.
- Riveros, A. E. (2014). La psicología humanista: sus orígenes y su significado en el mundo de la psicoterapia a medio siglo de existencia. *redalyc.org*, 12(2), 135-186.
- Rojas, G., & Rodríguez, I. (2022). Coincidencias y controversias entre la psicología positiva y la psicología de la salud. *Humanidades Médicas*, 22(3), 704-728.

- Rueda, L. J., Ramos, J. X., & Márquez, M. (2017). Análisis de Rasch de la escala Burden Interview de Zarit aplicada a cuidadores familiares en Bucaramanga, Colombia. *Archivos de Medicina (Col)*, 17(1), 17-26.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. doi:10.1037/0022-3514.57.6.1069
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727. doi:10.1037/0022-3514.69.4.719
- Salazar, S. C., & Torres, J. T. (2015). *Nivel de sobrecarga y factores asociados de los cuidadores primarios de los/as pacientes del centro de atención ambulatoria 302 del Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social, Cuenca Ecuador, 2014 [Tesis de Licenciatura, Universidad de Cuenca]*. Repositorio Institucional Universidad de Cuenca. <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/22499>.
- Salotti, P. (2006). *Estudio sobre estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en una muestra de adolescentes de Buenos Aires [Tesis de licenciatura, Universidad de Belgrano]*. Repositorio Institucional de la Universidad de Belgrano. <http://repositorio.ub.edu.ar/handle/123456789/223>.
- Segura, C. A. (2022). *Independencia funcional y su relación con la carga del cuidador de niños con parálisis cerebral infantil, Lima [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]*. Repositorio de Tesis Digitales de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. <https://hdl.handle.net/20.500.12672/17952>.
- Tafur, C. L. (2019). *Bienestar Psicológico en padres con hijos diagnosticados con Trastorno del Espectro Autista en el Centro Integral Fe y Esperanza - Comas, periodo 2019 [Tesis de licenciatura, Universidad Inca Garcilazo de la Vega]*. Repositorio Institucional de la Universidad Inca Garcilazo de la Vega. <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/5033>.

- Tamayo, C. M. (2021). *Bienestar Psicológico y calidad de vida en los cuidadores primarios de pacientes con parálisis cerebral*. Puce-Quito: Repositorio PUCE.
- Tapia, J. (2020). *Sobrecarga y modos de afrontamiento al estrés en cuidadores de niños con discapacidad atendidos en el Centro de Estimulación y Terapia San José Misericordioso, Tacna 2018 [Tesis de licenciatura, Universidad Privada de Tacna]*. Repositorio Institucional de la Universidad Privada de Tacna. <http://hdl.handle.net/20.500.12969/1426>.
- Tartaglino, M. F., Feldberg, C., Hermida, P. D., Heisecke, S. L., Dillon, C., Ofman, S. D., . . . Somale, V. (2020). Zarit caregiver burden Scale: Analysis of its psychometric properties in family caregivers living in Buenos Aires, Argentina. *Neurología Argentina*, *12*(1), 27-35. doi:10.1016/j.neuarg.2019.11.003
- Torreblanca, A. (2018). *Estrategias de afrontamiento y sobrecarga del cuidador primario de personas con discapacidad intelectual*. Caritas, Arequipa - 2017 [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional San Agustín de Arequipa]. Repositorio Institucional de la Universidad Nacional San Agustín de Arequipa. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/6694>.
- Torres, B., Agudelo, M. C., Pulgarin, Á. M., & Berbesi, D. Y. (2018). Factores asociados a la sobrecarga en el cuidador primario. *Universidad y salud*, *20*(3), 261-269. doi:<http://dx.doi.org/10.22267/rus.182003.130>
- Vargas, C., & Vargas, L. (2017). *Apoyo social y bienestar psicológico en adultos mayores que asisten a los CIAM de Lima Metropolitana [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]*. Repositorio Académico de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. <http://hdl.handle.net/10757/622168>.
- Vásquez, S. (2021). *Actitudes maternas y bienestar psicológico en madres de hijos con habilidades diferentes de una institución educativa especial de Trujillo [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego]*.

Repositorio Institucional Universidad Privada Antenor Orrego.  
<https://hdl.handle.net/20.500.12759/7215>.

Vera, P., Urzúa, A., Silva, J., Pavez, P., & Celis, K. (2013). Escala de Bienestar de Ryff: Análisis Comparativo de los Modelos Teóricos en Distintos Grupos de Edad. *Psicología: Reflexão e Crítica*, 26(1), 106-112.

Villavicencio, C., & López, S. (2019). Funcionamiento familiar y estrategias de afrontamiento de madres y padres de preescolares con discapacidad intelectual. *Revista Ciencia UNEMI*, 12(31), 140-153.  
doi:[10.29076/issn.2528-7737vol12iss31.2019pp140-153p](https://doi.org/10.29076/issn.2528-7737vol12iss31.2019pp140-153p)

## VIII. ANEXOS

### Anexo 1 . Matriz de consistencia

PREGUNTA DE INVESTIGACION	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	METODOLOGIA	POBLACION Y MUESTRA
¿Cuál es la relación entre sobrecarga y bienestar psicológico de los cuidadores de estudiantes con discapacidad intelectual y motora en CEBES de Tumbes 2022?	<p><b>OBJETIVO GENERAL</b></p> <p>- Determinar la relación entre sobrecarga y bienestar psicológico de los cuidadores de estudiantes con discapacidad intelectual y motora en CEBES de Tumbes 2022.</p> <p>- Identificar el nivel de bienestar psicológico de los cuidadores de estudiantes con discapacidad intelectual y motora en CEBES de Tumbes 2022?</p>	<p><b>H1:</b> Si existe relación entre sobrecarga y bienestar psicológico de los cuidadores de estudiantes con discapacidad intelectual y motora de los CEBES de Tumbes 2022.</p>	<p>Variable I: Sobrecarga</p>	<p>La presente investigación será de carácter cuantitativo, diseño experimental, descriptivo correlacional y de corte transversal</p>	<p>Población: Está constituida por 174 estudiantes de los CEBES de Tumbes 2022. Muestra: Se obtuvo una muestra de 120 cuidadores de estudiantes</p>

- Determinar la relación entre sobrecarga y dimensiones de bienestar psicológico: auto aceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal, los cuidadores de estudiantes con discapacidad intelectual y motora en CEBES de Tumbes 2022. **Ho:** No existe relación entre bienestar psicológico, sobrecarga y bienestar personal, de los cuidadores de estudiantes con discapacidad intelectual y motora en CEBES de Tumbes 2022. **II:** dirigida a adultos con cuidadores de discapacidad intelectual y motora en CEBES de Tumbes 2022.
- Determinar la relación entre bienestar psicológico y dimensiones de sobrecarga: impacto del cuidado, relación interpersonal y expectativas de autoeficacia, de estudiantes con discapacidad intelectual y motora en CEBES de Tumbes 2022. **Variable Bienestar psicológico**

---

Fuente: Elaboración propia

Anexo 2 . Matriz de operacionalización de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	ITEMS	PUNTAJES	ESCALA DE MEDICIÓN	DE INSTRUMENTO
Sobrecarga	El grado en que el cuidador percibe que el cuidado ha influido sobre diferentes aspectos de su vida tanto como en su salud, vida social, personal y económica (Suárez, 2015).	La puntuación total es la suma de todos los ítems y el rango oscila entre 22 y 110. A mayor puntuación, mayor nivel de carga presentará el cuidador. No existen normas o puntos de corte establecidos. En la versión española se	Impacto del Cuidado.	1,2,3,7,8,10,11,1	0-Nunca	Ausencia de sobrecarga	Test de ZARIT- Escala de sobrecarga del cuidador
				2,13,14,17 y 22.	1-Rara vez	≤46	
Sobrecarga	Relación Interpersonal	Expectativas de autoeficacia		4, 5, 6, 9, 18 y 19.	2-	Algunas veces	Escala de sobrecarga del cuidador
				15, 16, 20 y 21.	3-	Bastantes veces	
					4-Casi siempre	Sobrecarga intensa ≥56	

proponen como  
puntos de corte los  
siguientes: 22-46  
(no sobrecarga),  
47-55 (sobrecarga  
leve); y 56-  
110 (sobrecarga  
intensa).

---

Fuente: Elaboración Propia

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	ITEMS	PUNTAJES	ESCALA DE MEDICIÓN	INSTRUMENTO
		Se utiliza la definición de Lawton(1983 y 199); que el bienestar psicológico es uno de los cuatro dominios de la calidad de vida, que incluyen también competencias comportamentales, condiciones objetivas del ambiente externo y la	Autoaceptación	1,7,8,11, 17,25,34			
		estima Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Los Indicadores por sub escala son: Relación Autoaceptación Positivas (Ítems:1,7,8,11, 17,25,34); Relaciones Positivas (Ítems:2, 13, 16, 18, 23, 31, 38); Autonomía (Ítems:3,5,10,15,27); Dominio del Entorno (Ítems:6,19,26,29,32); Propósito en la vida (Ítems:9,12,14,20,22,28, 33,35) y Crecimiento personal			Alto 205-233 Normal según seis alternativas asignadas a todos los ítems corresponde a cada dimensión. Para la corrección Invertir el ítem: 17 siguiendo	ESCALA DE MEDICIÓN	ESCALA DE INSTRUMENTO

externo y (ítems:4,21,24,30)  
la calidad  
de vida  
percibida.

Propósito  
en la vida

Crecimiento  
personal

esta pauta:  
(1=6) (2=5)  
(3=4)  
(4=3) (5=2)  
(6=1). Al  
obtener el  
puntaje  
respectivo por  
dimensión, se  
ubica cada  
uno de ellos  
en la  
categoría  
pertinente  
según el  
baremo  
adaptado.

---

Fuente: Elaboración Propia

### TEST DE ZARIT –ESCALA DE SOBRECARGA DEL CUIDADOR

A continuación, se presentan una lista de afirmaciones, en las cuales se refleja cómo se sienten, a veces, las personas que cuidan a otra persona. Después de cada afirmación, debe indicar con qué frecuencia se siente usted así: nunca, raramente, algunas veces, bastante a menudo y casi siempre. A la hora de responder piense que no existen respuestas acertadas o equivocadas, sino tan solo su experiencia.

**Puntuación:**

0-Nunca 1-Rara vez 2-Algunas veces 3-Bastantes veces 4-Casi siempre

	Preguntas	Respuestas				
		0	1	2	3	4
1	¿Piensa que su familiar le pide más ayuda de la que realmente necesita?					
2	¿Piensa que debido al tiempo que dedica a su familiar no tiene suficiente tiempo para usted?					
3	¿Se siente agobiado por intentar compatibilizar el cuidado de su familiar con otras responsabilidades (trabajo, familia)?					
4	¿Siente vergüenza por la conducta de su familiar?					
5	¿Se siente enfadado cuando está cerca de su familiar?					
6	¿Piensa que el cuidar de su familiar afecta negativamente la relación que usted tiene con otros miembros de su familia?					
7	¿Tiene miedo por el futuro de su familiar?					
8	¿Piensa que su familiar depende de usted?					
9	¿Se siente tenso cuando está cerca de su familiar?					
10	¿Piensa que su salud ha empeorado debido a tener que cuidar de su familiar?					
11	¿Piensa que no tiene tanta intimidad como le gustaría debido al cuidado de su familiar?					

12	¿Piensa que su vida social se ha visto afectada de manera negativa por tener que cuidar a su familiar?						
13	¿Se siente incómodo por distanciarse de sus amistades debido al cuidado de su familiar?						
14	¿Piensa que su familiar lo considera a usted la única persona que lo puede cuidar?						
15	¿Piensa que no tiene suficientes ingresos económicos para los gastos de cuidar a su familiar, además de sus otros gastos?						
16	¿Piensa que no será capaz de cuidar a su familiar por mucho más tiempo?						
17	¿Siente que ha perdido el control de su vida desde que comenzó la enfermedad de su familiar?						
18	¿Desearía poder dejar el cuidado de su familiar a otra persona?						
19	¿Se siente indeciso sobre qué hacer con su familiar?						
20	¿Piensa que debería hacer más por su familiar?						
21	¿Piensa que podría cuidar mejor a su familiar?						
22	Globalmente ¿qué grado de "carga" experimenta por cuidar a su familiar?						

**Resultado**

- Si usted tiene una puntuación menor de **47 puntos no se encuentra en sobrecarga**
- Puntuaciones entre **47 y 55 indican sobrecarga leve**
- Puntuaciones mayores de **55 indican sobrecarga intensa.**

Si tiene puntuaciones superiores a 47, necesita por tanto modificar de forma urgente su manera de cuidar a la persona y requiere ayuda cuanto antes. En el caso de puntuaciones superiores a 55 existe un alto riesgo de enfermedad, sobre todo depresión y ansiedad.

## Ficha técnica

<b>Nombre:</b>	Test de Zarit- Escala de Sobrecarga del Cuidador
<b>Autor:</b>	Zarit Reeve y Col en el año 1980
<b>Adaptación:</b>	Adaptación española: (Martín, Salvadó, Nadal, Miji, Rico, Lanz y Taussig, 1996).El instrumento mostró una alta consistencia interna con un coeficiente Alfa de Cronbach de 0.91.
<b>Administración:</b>	Colectiva o Individual
<b>Duración</b>	15 min
<b>Aplicación:</b>	Esta escala puede ser aplicada en adultos
<b>Objetivo:</b>	Medir la sobrecarga del cuidador evaluando dimensiones: Impacto del cuidado, relación interpersonal y expectativas de autoeficacia.
<b>Estructura descripción:</b>	y El cuestionario de escala de sobrecarga del cuidador-test de Zarit, la cual consta de 22 preguntas y está dividida en tres escalas de medición: Ausencia de sobrecarga $\leq 46$ , Sobrecarga ligera 47-55 y Sobrecarga intensa $\geq 56$ . Cada respuesta puntúa del 1 al 5. Posteriormente, se suma el puntaje obteniendo un resultado entre 22 y 110 puntos.
<b>Validez:</b>	Se empleó una validez de constructo, el significado asignado al constructo medido es correcto examinando la conexión de las puntuaciones totales de la escala con los indicadores de los cuidadores como de los discapacitados. En la validación española se emplean los siguientes puntos de corte: <ul style="list-style-type: none"><li>• De 22- 46 No sobrecarga.</li><li>• De 47-55 Sobrecarga leve.</li><li>• De 56-110 Sobrecarga intensa.</li></ul>
<b>Confiabilidad:</b>	La fiabilidad del test – retest, se obtuvo un coeficiente de correlación de Pearson del 0.86 entre las dos medidas. La escala arroja 46 una consistencia interna satisfactoria, con un coeficiente Alfa de Cronbach de 0.91.

Fuente: (Cerqueira, 2019)

Anexo 2 Escala de Bienestar Psicológico de Riff

**ESCALA BP DE BIENESTAR PSICOLOGICO DE RIFF**

A continuación, se presentan algunos enunciados sobre el modo en como usted se comporta, siente y actúa. No existe respuesta correcta o incorrecta. Responda con sinceridad. Su respuesta puede determinarla marcando una (x).

Items	Totamente desacuerdo	Poco de acuerdo	Moderadamente de acuerdo	Muy desacuerdo	De acuerdo	Totamente de acuerdo
1. Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento en cómo han resultado las cosas						
2. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas						
3. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente						
4. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mi						
5. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general						
6. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla						
7. Reconozco que tengo defectos						

7. Reconozco que tengo defectos						
8. Reconozco que tengo virtudes						
9. Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerles realidad						
10. Sostengo mis decisiones hasta el final						
11. En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo						
12. Soy una persona activa al realizar los proyectos que me propuse para mí mismo						
13. Puedo confiar en mis amigos						
14. Cuando cumplo una meta, me planteo otra						
15. Mis relaciones amicales son duraderas						
16. Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mi mismo que cambiaría						
17. Comprendo con facilidad como la gente se siente						
18. Me adapto con facilidad a las situaciones nuevas o difíciles						
19. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí						
20. Tengo objetivos planteados a corto y largo plazo						

22. En general, me siento orgulloso de quien soy la vida que llevo						
23. Me juzgo por lo que creo que es importante, no por los valores que otros tienen						
24. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro						
25. Tengo la capacidad de construir mi propio destino						
26. Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo						
27. Mis amigos pueden confiar en mí						
28. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo						
29. Tomo acciones ante la meta que me planteo						
30. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad						
31. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida						
32. Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria						
33. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento						
34. Es importante tener amigos						
35. He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto						

## Ficha técnica

<b>Nombre:</b>	Escala de Bienestar Psicológico Ryff.
<b>Autor:</b>	Carol Ryff.
<b>Adaptación:</b>	Madelinne Pérez Basilio. (2017)
<b>Administración:</b>	Colectiva o Individual
<b>Duración</b>	20 minutos aproximadamente
<b>Aplicación:</b>	Esta escala puede ser aplicada a jóvenes y adultos.
<b>Objetivo:</b>	Evalúa el nivel de Bienestar Psicológico.
<b>Estructura y descripción:</b>	La escala de Bienestar Psicológico está conformada por 35 ítems en 6 dimensiones: Auto aceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito de vida y crecimiento personal.
<b>Validez:</b>	<p>Se alcanzó la validez por medio del criterio de 5 jueces mediante el método de análisis el Validez de Aiken, se determinó que los ítems cumplen con los criterios de contenido, concluyendo que ningún ítem sería eliminado.</p> <p>Para la validez del constructo, se estableció la correlación ítem-escala, siendo la mayor correlación de .710, se evidencio cuatro ítems con baja correlaciones, por lo cual se sugirió que sean eliminadas. Sin embargo, se concluyen que los ítems son adecuados y significativos para la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff.</p>
<b>Confiabilidad:</b>	La confiabilidad de la escala se obtuvo por medio del cálculo del coeficiente de Alpha de Cronbach por consistencia interna en la que el resultado de los coeficientes 907 indicó un nivel alto de consistencia.

---

Fuente: (Perez, 2017)

10  
Anexo 3. Resolución de designación de jurado



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
Ciudad Universitaria - Pampa Grande - Tumbes - Perú

\* AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL \*

**RESOLUCIÓN N° 073-2022/UNTUMBES-FACSO-D.**

Tumbes, 05 de abril de 2022.

**VISTO:** El expediente virtual N°804, del 29 de marzo del 2022, correspondiente a la lista de coitejo, mediante la cual el director de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias Sociales, alcanza, para su reconocimiento, el proyecto de tesis titulado "SOBRECARGA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO DE CUIDADORES DE ESTUDIANTES CON DISCAPACIDAD INTELLECTUAL Y MOTORA EN CEBES DE TUMBES 2022", que para optar el título profesional de licenciado en psicología, ha presentado la estudiante de la Escuela Profesional de Psicología, SANJINEZ ATOCHE LUHANA CLARITA, informe con el que también se propone a los docentes que deben conformar el jurado calificador que tendrá a su cargo la evaluación de dicho documento académico; y

**CONSIDERANDO:**

Que en conformidad con lo establecido en el numeral 45.2 del artículo 45. de la Ley Universitaria N°30220 y en el artículo 90. del Estatuto de esta Universidad, para optar el título profesional se requiere la presentación y sustentación de una tesis;

Que en conformidad con lo expuesto, deviene procedente el reconocimiento del proyecto de tesis titulado "SOBRECARGA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO DE CUIDADORES DE ESTUDIANTES CON DISCAPACIDAD INTELLECTUAL Y MOTORA EN CEBES DE TUMBES 2022", para efectos de su evaluación, como tal, por el jurado calificador que también se constituye con esta Resolución, en virtud de la propuesta formulada, al efecto, con el informe señalado en la referencia;

Que complementariamente a lo señalado en el considerando precedente, se impone la necesidad de efectuar, como corresponde, la designación del docente asesor de dicho documento académico;

Que en razón de lo anterior, es conveniente disponer lo pertinente en relación con lo aquí expuesto, en los términos que se consignan en la parte resolutive;

En uso de las atribuciones conferidas a la señora Decana de la Facultad de Ciencias Sociales;

**SE RESUELVE:**

**ARTICULO PRIMERO.- RECONOCER** a la estudiante de la Escuela Profesional de Psicología, SANJINEZ ATOCHE LUHANA CLARITA, como autora del proyecto de tesis titulado "SOBRECARGA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO DE CUIDADORES DE ESTUDIANTES CON DISCAPACIDAD INTELLECTUAL Y MOTORA EN CEBES DE TUMBES 2022", presentado por dicha estudiante.

**ARTICULO SEGUNDO.- CONSTITUIR** el Jurado Calificador del proyecto de tesis titulado "SOBRECARGA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO DE CUIDADORES DE ESTUDIANTES CON DISCAPACIDAD INTELLECTUAL Y MOTORA EN CEBES DE TUMBES 2022" con la siguiente conformación:



**RESOLUCIÓN N°073-2022/UNTUMBES-FACSO-D.**

Presidente : Dra. Marilú Elena Barreto Espinoza  
Secretario : Mg. Miguel Ángel Saavedra López  
Vocal : Dr. Pedro Fre Infante Sanjinez  
Acesitario : Mg. Carlos Alberto Coronado Zapata.

ARTÍCULO TERCERO.- DEJAR expresamente indicado que, en conformidad con el artículo 60. del Reglamento de tesis para pregrado y posgrado de esta Universidad, el incumplimiento de las funciones del jurado, estipuladas en el artículo 41. del mismo Reglamento, es comunicado en forma escrita por el Presidente u otro miembro del Jurado, al Decano de la Facultad, para la llamada de atención correspondiente.

ARTICULO CUARTO.- DESIGNAR a la Dra. Wendy Jesús Catherin Cedillo Lozada como asesora del proyecto de tesis titulado "SOBRECARGA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO DE CUIDADORES DE ESTUDIANTES CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL Y MOTORA EN CEBES DE TUMBES 2022", lo que se dispone en razón de lo señalado en la parte considerativa.

ARTÍCULO QUINTO.- DEJAR expresamente indicado que, en conformidad con el artículo 49. del Reglamento de tesis para pregrado y posgrado de esta Universidad, el tesista puede cambiar de asesor o co-asesor si no cumplen con sus funciones según el artículo 46. del mismo Reglamento.

Dada en la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes, el cinco de abril del dos mil veintidós.

REGÍSTRASE Y COMUNÍCASE: (Fdo.) Dra. DIANA MILAGRO MIRANDA YNGA, Decana de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes; (Fdo.) Dra. WENDY JESÚS CATHERIN CEDILLO LOZADA, Secretaria Académica de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes.

C c.  
-RECTOR-MACAD-OGGDA  
-FACSO-DDH-ODI-DET-ODED  
-DEED-DDPS-DEPS-DECC  
-REG TSC-Intervento-Archivo  
DMM/YD  
WUCCU/Sec. Acad

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
  
Mg. Wendy Jesús Catherin Cedillo Lozada  
SECRETARIA ACADEMICA

Anexo 4. Resolución de aprobación de proyecto



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
Ciudad Universitaria - Pampa Grande - Tumbes - Perú

**AÑO DEL BICENTENARIO DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA INDEPENDENCIA,  
Y DE LA CONMEMORACIÓN DE LAS HEROICAS BATALLAS DE JUNIN Y  
AYACUCHO**

**RESOLUCIÓN N°083-2024/UNTUMBES-FACSO-D.**

Tumbes, 11 de marzo de 2024.

**VISTO:** El expediente virtual N°454, del 04 de marzo del 2024, correspondiente al INFORME N°010-2024/UNTUMBES-FACSO., mediante el cual, la presidenta del Jurado constituido con la Resolución N°073-2022/UNTUMBES-FACSO-D, del 25 de abril de 2022, alcanza el acta de aprobación del proyecto de tesis titulado "SOBRECARGA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO DE CUIDADORES DE ESTUDIANTES CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL Y MOTORA EN CEBES DE TUMBES 2022", presentado por la estudiante de la Escuela Profesional de Psicología **SANJINEZ ATOCHE LUHANA CLARITA**, para optar el título profesional de Licenciada en Psicología; y

**CONSIDERANDO:**

Que con la Resolución N°073-2022/UNTUMBES-FACSO-D, del 25 de abril de 2022, se reconoce a la estudiante **SANJINEZ ATOCHE LUHANA CLARITA**, como autora del proyecto de tesis titulado "SOBRECARGA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO DE CUIDADORES DE ESTUDIANTES CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL Y MOTORA EN CEBES DE TUMBES 2022", se constituye el Jurado Calificador y se designa el asesor de dicho documento académico;

Que de lo consignado en el acta suscrita por los integrantes del indicado jurado, el 04 de febrero del 2024 y que obra en el expediente señalado en la referencia, se desprende que el mencionado proyecto de tesis ha sido debidamente corregido por el mencionado estudiante y favorablemente evaluado para efectos de su correspondiente aprobación como proyecto de tesis;

Que teniendo en cuenta lo expuesto, deviene procedente la aprobación del indicado documento, con el carácter de proyecto de tesis y cuya evaluación debe continuar a cargo de los docentes miembros de ese mismo jurado calificador;

Que en razón de lo anterior, es conveniente disponer lo pertinente, en relación con lo aquí expuesto, en los términos que se consignan en la parte Resolutiva;

En uso de las atribuciones conferidas a la señora Decana de la Facultad de Ciencias Sociales;

**SE RESUELVE:**

**ARTÍCULO PRIMERO.** - APROBAR el proyecto de tesis titulado "SOBRECARGA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO DE CUIDADORES DE ESTUDIANTES CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL Y MOTORA EN CEBES DE TUMBES 2022", presentado por la estudiante de la Escuela Profesional de Psicología, **SANJINEZ ATOCHE LUHANA CLARITA**, para optar el título profesional de licenciada en Psicología.

# Sobrecarga y bienestar psicológico de los cuidadores de estudiantes con discapacidad intelectual y motora en CEBES de Tumbes 2022

## INFORME DE ORIGINALIDAD

19%	19%	8%	9%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

1	<a href="https://hdl.handle.net">hdl.handle.net</a> Fuente de Internet	3%
2	<a href="http://www.untumbes.edu.pe">www.untumbes.edu.pe</a> Fuente de Internet	2%
3	<a href="https://repositorio.uta.edu.ec">repositorio.uta.edu.ec</a> Fuente de Internet	1%
4	<a href="https://repositorio.ucv.edu.pe">repositorio.ucv.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
5	<a href="https://repositorio.upch.edu.pe">repositorio.upch.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
6	<a href="https://revistas.unisimon.edu.co">revistas.unisimon.edu.co</a> Fuente de Internet	1%
7	<a href="http://www.defensoria.gob.pe">www.defensoria.gob.pe</a> Fuente de Internet	1%
8	<a href="https://repositorio.upt.edu.pe">repositorio.upt.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
9	<a href="https://revistaalternancia.org">revistaalternancia.org</a> Fuente de Internet	1%
10	<a href="https://repositorio.untumbes.edu.pe">repositorio.untumbes.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%

  
Dra. Wendy Jesus C. Cedillo Lozada  
ORCID 0000-0001-5676-936X  
ASESORA

11	<a href="https://dspace.unl.edu.ec">dspace.unl.edu.ec</a> Fuente de Internet	<1 %
12	<a href="http://revistapacha.religacion.com">revistapacha.religacion.com</a> Fuente de Internet	<1 %
13	Submitted to Universidad Catolica Los Angeles de Chimbote Trabajo del estudiante	<1 %
14	<a href="http://www.researchgate.net">www.researchgate.net</a> Fuente de Internet	<1 %
15	<a href="http://repositorio.continental.edu.pe">repositorio.continental.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
16	<a href="http://repositorio.utn.edu.ec">repositorio.utn.edu.ec</a> Fuente de Internet	<1 %
17	Submitted to Universidad Ricardo Palma Trabajo del estudiante	<1 %
18	<a href="http://repositorio.unfv.edu.pe">repositorio.unfv.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
19	<a href="http://cybertesis.unmsm.edu.pe">cybertesis.unmsm.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
20	<a href="http://polodelconocimiento.com">polodelconocimiento.com</a> Fuente de Internet	<1 %
21	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	<1 %
22	<a href="http://www.gob.pe">www.gob.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
23	<a href="http://pesquisa.bvsalud.org">pesquisa.bvsalud.org</a> Fuente de Internet	<1 %



24	Submitted to Universidad de San Martín de Porres Trabajo del estudiante	<1 %
25	<a href="http://ojs.unemi.edu.ec">ojs.unemi.edu.ec</a> Fuente de Internet	<1 %
26	<a href="http://www.educacion.gob.es">www.educacion.gob.es</a> Fuente de Internet	<1 %
27	<a href="http://dspace.ups.edu.ec">dspace.ups.edu.ec</a> Fuente de Internet	<1 %
28	<a href="http://repositorio.ug.edu.ec">repositorio.ug.edu.ec</a> Fuente de Internet	<1 %
29	<a href="http://repositorio.usanpedro.edu.pe">repositorio.usanpedro.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
30	Submitted to Universidad Señor de Sipan Trabajo del estudiante	<1 %
31	<a href="http://dspace.unach.edu.ec">dspace.unach.edu.ec</a> Fuente de Internet	<1 %
32	<a href="http://repositorio.upagu.edu.pe">repositorio.upagu.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
33	Submitted to Universidad de Valladolid Trabajo del estudiante	<1 %
34	<a href="http://repositorio.autonoma.edu.pe">repositorio.autonoma.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
35	<a href="http://repositorio.uct.edu.pe">repositorio.uct.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
36	<a href="http://repositorio.autonomadeica.edu.pe">repositorio.autonomadeica.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
37	<a href="http://repositorio.urp.edu.pe">repositorio.urp.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %

38	<a href="http://biblioteca.uny.edu.ve">biblioteca.uny.edu.ve</a> Fuente de Internet	<1 %
39	<a href="http://repositorio.upn.edu.pe">repositorio.upn.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
40	Submitted to Pontificia Universidad Catolica del Peru Trabajo del estudiante	<1 %
41	Submitted to Universidad Nacional Jose Faustino Sanchez Carrion Trabajo del estudiante	<1 %
42	Submitted to Universidad Privada del Norte Trabajo del estudiante	<1 %
43	<a href="http://repositorio.umch.edu.pe">repositorio.umch.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
44	<a href="http://dspace.unitru.edu.pe">dspace.unitru.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
45	<a href="http://idoc.pub">idoc.pub</a> Fuente de Internet	<1 %

Excluir citas      Activo      Excluir coincidencias < 15 words  
 Excluir bibliografía      Activo

  
 -----  
 Dra. Wendy Jesus C. Cedillo Lozada  
 ORCID 0000-0001-5676-936X  
 ASESORA