

Predictores del síndrome de Burnout en amas de casa de Arequipa durante la pandemia de Covid-19

Predictors of Burnout Syndrome in housewives from Arequipa during the Covid-19 pandemics

Walter L. Arias Gallegos

<https://orcid.org/0000-0002-4183-5093>

Correo: warias@ucsp.edu.pe

Universidad Católica San Pablo, Arequipa, Perú

Gabriela Terán Ayllon

<https://orcid.org/0009-0003-8254-6284>

Correo: gabriela.teran@ucsp.edu.pe

Universidad Católica San Pablo, Arequipa, Perú

Melani Maldonado Lopez

<https://orcid.org/0000-0002-2934-3395>

Correo: melani.maldonado@ucsp.edu.pe

Universidad Católica San Pablo, Arequipa, Perú

Recibido: 10-12-2023. **Revisado:** 05-05-2024. **Aceptado:** 03-06-2024

Resumen

En el presente artículo se analiza el impacto del optimismo, la inestabilidad matrimonial y la funcionalidad familiar en las manifestaciones del síndrome de Burnout en amas de casa que cumplen funciones domésticas. Se evaluó a 58 mujeres de la ciudad de Arequipa mediante la Escala de Optimismo, la Escala de Inestabilidad Matrimonial, la Escala de Cohesión y Adaptabilidad Familiar y la versión general del Inventario de Burnout de Maslach. Se encontró que los niveles de agotamiento emocional y cinismo severos son porcentualmente altos y que el grado de instrucción se asocia con el optimismo, la funcionalidad familiar y el síndrome de Burnout. Así como el análisis de regresión señala que mientras la inestabilidad matrimonial predice el cinismo, la adaptabilidad predice la eficacia profesional en las amas de casa evaluadas.



Palabras clave: Síndrome de Burnout, amas de casa, optimismo, satisfacción familiar, inestabilidad matrimonial.

Abstract

This article analyzes the impact of optimism, marital instability and family functionality on the manifestations of Burnout syndrome who perform domestic functions in housewives. Fifty-eight women from the city of Arequipa were evaluated using the Optimism Scale, the Marital Instability Scale, the Family Cohesion and Adaptability Scale and the general version of the Maslach Burnout Inventory. It was found that the levels of severe emotional exhaustion and cynicism are percentage-wise high and that the level of education is associated with optimism, family functionality and Burnout syndrome. Just as the regression analysis indicates that while marital instability predicts cynicism, adaptability predicts professional effectiveness in the housewives evaluated.

Keywords: Burnout syndrome, house-wives, optimism, family satisfaction, marriage instability.

Introducción

El síndrome de Burnout fue descrito primeramente por Freudenberger (1974) a mediados de 1970 en una muestra de jóvenes que realizaban actividades de voluntariado en una clínica de toxicómanos. Poco tiempo después, Maslach y Jackson (1981) plantearon la primera conceptualización teórica del síndrome en base a tres dimensiones: 1) *Agotamiento Emocional*, 2) *Despersonalización o Cinismo* y 3) *Sentimientos de Ineficacia*. Primeramente, este síndrome se entendió como una consecuencia del estrés laboral en profesionales de servicios humanos, es decir, que es producto del mantenimiento de condiciones estresantes en el trabajo. El agotamiento emocional refiere al desgaste profesional que manifiestan los trabajadores tras estar expuestos al estrés de manera crónica por el contacto personal que tienen con los beneficiarios de su trabajo, mientras que la despersonalización se entiende como un mecanismo de defensa, que supone cambios conductuales en los trabajadores caracterizados por cinismo, y la ineficacia, por su parte, se refiere a los sentimientos de baja realización profesional que experimentan los trabajadores afectados (Arias y Jiménez, 2012).

Las primeras aproximaciones teóricas se centraron en profesiones de servicios humanos (PSH), sobre todo en personal de salud, docentes de diferentes niveles de enseñanza y en personal de seguridad, como policías, militares y vigilantes

(Arias y Jiménez, 2012). Pero, a partir de la década de 1990, surgieron nuevas teorizaciones sobre el síndrome de Burnout que empezaron a explicarlo en función de diversas variables organizacionales y no solo en PSH (Gil-Monte y Peiró, 1999), lo que llevó a estudiarlo en personal administrativo, ingenieros y en aquellos con otras profesiones que no requerían de contacto humano (Arias, 2015). Sin embargo, también se fue extendiendo a otros contextos más allá del laboral, como la familia. De este modo, se realizaron investigaciones de Burnout en niños y adolescentes (Garcés, 1995); así como en amas de casa, quienes también trabajan y están expuestas al conflicto trabajo-familia y/o familia-trabajo (Gaxiola-Villa, 2014), ya que algunos estudios han señalado que, para la mujer, el trabajo es fuente de conflicto con las funciones familiares, generando altas dosis de estrés (Quiroga y Sánchez, 1997), principalmente en aquellas que cumplen doble función. Es decir que las mujeres que solo se dedican a las labores domésticas tienen menos riesgo de padecer síndrome de Burnout que aquellas que también trabajan fuera del hogar (Ferrer *et al.*, 1998), puesto que estudios más recientes sugieren que el estrés parental se asocia fuertemente con la merma de la salud física y mental (Hernández *et al.*, 2022).

En ese sentido, el estrés que sufren las amas de casa se ha relacionado positivamente con sentimientos de ira, síndrome de Burnout (Moral *et al.*, 2011), malestar psicológico; y negativamente, con el bienestar psicológico, satisfacción con la vida (Valle Pico y Larzabal Fernández, 2022) y el apoyo social percibido (Soria y Lara, 2018). Para explicar este fenómeno se deben tener en cuenta diversos factores implicados, tales como las propias labores domésticas de limpieza, el cuidado y crianza de los hijos, la satisfacción familiar y la relación de pareja, así como aspectos sociodemográficos. Con respecto a este último, se ha visto que la edad de la mujer es un factor relevante, pues a medida que esta envejece está expuesta a múltiples factores de riesgo que afectan su salud y fortaleza física (Cepellos, 2021). También se ha observado que, a partir de la menopausia, las amas de casa presentan mayores niveles de síndrome de Burnout (Smadi, 2019). Otros estudios han reportado que las mujeres más jóvenes, las que tienen menor nivel educativo y las que provienen de familias extensas presentan niveles de Burnout más altos (Rodríguez *et al.*, 2014).

Diversos aspectos asociados con la edad de la mujer, como el número de hijos y los cuidados que ello supone, también se han relacionado con el síndrome (Deater-Deckard, 2004). El estrés que deviene del cuidado de los hijos es mayor si los medios económicos no son suficientes (Berges *et al.*, 2021), si no se cuenta con el apoyo de la pareja (Cuervo, 2013) o si los hijos presentan alguna condición que requiere de mayores demandas, como el caso de niños con discapacidades (Lebert-Charron *et al.*, 2018; Limiñana y Patró, 2004). Aunque algunos estudios



también han reportado que las mujeres con un estilo de vida sedentario pueden presentar altos niveles de ansiedad (González *et al.*, 1997), y que los varones que son los principales cuidadores de sus hijos no siempre se sienten agobiados por tales funciones (González *et al.*, 2022), esto supone que el estrés parental no está unívocamente relacionado con el sexo o con las demandas familiares, pues factores como la crianza en la familia de origen y el modo en que se asumen tales demandas o se organizan los roles parentales son más determinantes.

Las labores domésticas son otra fuente de estrés, ya que las actividades de limpieza y mantenimiento del hogar son muy extenuantes; y si bien no constituyen una labor remunerada, estudios actuales debaten sobre su consideración como una actividad laboral más, puesto que en algunos países aporta hasta un 20 % del PBI (Cornejo, 2021; Garavito, 2018). Por ejemplo, en las trabajadoras de servicio doméstico se ha encontrado que la sobrecarga de funciones se asocia con la insatisfacción laboral (Loterio Vasquez y Rodríguez Gaitán, 2023). En cuanto al Burnout en amas de casa, se ha visto que las mujeres que trabajan presentan menor nivel de Burnout maternal que aquellas que no trabajan y que solo se ocupan de labores domésticas; además, las primeras utilizan estrategias de afrontamiento al estrés más productivas que sus contrapartes (Lebert-Charron *et al.*, 2018). En ese sentido, aunque las mujeres que trabajan suelen reportar mayores niveles de esfuerzo y estrés laboral, presentan niveles adecuados de autoestima y autoeficacia, lo que les permite hacer frente a las demandas y a los estresores en el trabajo (Loli *et al.*, 2014), y reducir los efectos del conflicto familia-trabajo a largo plazo (Pinto y Barra, 2015; Rubio *et al.*, 2015).

Otra variable de suma importancia para comprender el síndrome de Burnout de las amas de casa es el contexto familiar, ya que la funcionalidad familiar se ha relacionado negativamente con el síndrome de Burnout (Arias *et al.*, 2018; Contreras-Palacios *et al.*, 2013). En ese aspecto, en las familias nucleares se han reportado mayores niveles de bienestar y menor riesgo de problemas de salud mental en todos los miembros (Pliego y Castro, 2015). El estado civil de las parejas y el tipo de estructura familiar, por ejemplo, son variables relevantes, pues las familias monoparentales suelen tener menores ingresos que las familias nucleares (Riesco y Arela, 2015), esto es debido a que el divorcio conlleva a la afectación de la economía familiar (Castillo *et al.*, 2021) y ubica a la mujer en una posición de mayor vulnerabilidad, puesto que experimenta mayor nivel de conflicto familia-trabajo (García y Solsona, 2011). También se ha evidenciado que la cohabitación tiene efectos mensurables en la economía familiar, la estabilidad de la pareja y la coorganización de funciones dentro del hogar (Torres *et al.*, 2023), lo que puede tener injerencia en el Burnout de las amas de casa.

En general, se sabe que la satisfacción con la pareja o satisfacción marital tiene efectos en el ajuste a las demandas laborales (Prado y Del Águila, 2010), pero en ello inciden diversos factores, como el ciclo vital en que se encuentra la pareja, que también es determinante de la estructura familiar (Ríos, 2005; Villegas y Mallor, 2012). La satisfacción familiar, por ejemplo, suele ser menor en las mujeres más jóvenes (Quezada *et al.*, 2015), porque todavía se están adaptando a las condiciones más cambiantes propias de los primeros años de formación de la pareja, cuando los hijos son pequeños o se aprende a negociar las pautas de relación dentro de la pareja (Minuchin y Fishman, 1996). Otros aspectos propios de la dinámica de pareja, que son importantes en la satisfacción familiar y, por ende, en el Burnout de las amas de casa, es el ajuste diádico de la pareja mediado por su acompañamiento emocional (Medina *et al.*, 2009; Zicavo y Vera, 2011), la afinidad entre sus valores, gustos e intereses (Arias *et al.*, 2022; Díaz-Morales *et al.*, 2009), la comunicación (Eguiluz *et al.*, 2012) y el perdón (Guzmán-González *et al.*, 2013). De hecho, los estudios sobre la felicidad en el Perú han reportado que el estar casado contribuye a la felicidad de las personas (Alarcón, 2001, 2002), y que la cohesión se asocia con la felicidad en los miembros de la familia (Alarcón, 2014).

Desde el surgimiento de la Psicología Positiva, se han generado diversas evidencias sobre cómo las emociones positivas, las virtudes y las fortalezas humanas promueven el bienestar de las personas (Seligman *et al.*, 2005), siendo el optimismo una de las emociones más estudiadas. El optimismo se ha definido como la expectativa por que sucedan cosas positivas, asociado con el establecimiento de metas (Seligman, 1998). También se ha visto que el optimismo puede ser concebido como un rasgo de personalidad que se relaciona con el bienestar psicológico, la calidad de vida, la salud física y mental (Carver y Scheier, 2005), así como con la felicidad (Caycho y Castañeda, 2015; García-Cadena *et al.*, 2023). Por tanto, puede cumplir un papel amortiguador de las condiciones de estrés en el trabajo y la familia.

El presente estudio pretende valorar el efecto predictivo del optimismo, la inestabilidad matrimonial y la satisfacción familiar, con sus respectivas dimensiones de cohesión y adaptabilidad, en las manifestaciones del síndrome de Burnout en amas de casa de la ciudad de Arequipa, en el contexto de la pandemia de Covid-19. Esto se debe a que diversos estudios previos han reportado el incremento del Burnout de las mujeres en condiciones de confinamiento (Álvarez-Rebolledo y Barrios, 2020; Pareek *et al.*, 2021), principalmente a causa de la conjunción de las demandas laborales, familiares y educativas en el hogar, así como por los sentimientos de depresión y soledad vivenciados (Kaplan, 2021; Seo y Kim, 2022).



Método

Muestra

La muestra estuvo conformada por 57 mujeres residentes de la ciudad de Arequipa, con una edad promedio de 43 años y una desviación estándar de ± 12.66 dentro de un rango de 22 a 73 años de edad. Con respecto a su grado de instrucción, el 3.5 % tiene estudios primarios, el 57.6 % tiene estudios secundarios y el 38.6 % tiene estudios superiores. En cuanto a su estado civil, el 1.8 % está soltera, el 66.7 % está casada y el 31.6 % es conviviente. Y, en cuanto a su ocupación, el 5.3 % son estudiantes, el 3.5 % se declara independiente, el 40.4 % solo es ama de casa, el 1.8 % realiza actividades de voluntariado, el 3.5 % es maestra, el 3.5 % son psicólogas, el 38.6 % son comerciantes, el 1.8 % labora como *personal trainer* o entrenadora deportiva y el 1.8 % trabaja como contadora.

Instrumentos

Ficha de datos personales. Para los fines de la investigación se aplicó una ficha de datos sociodemográficos que contenía información sobre la edad, el sexo, grado de instrucción, estado civil y ocupación.

Escala de Optimismo. Desarrollada y validada por Andújar *et al.* (2013), consta de diez ítems en una escala tipo Likert con cuatro alternativas de respuesta, desde «Totalmente en desacuerdo» hasta «Totalmente de acuerdo», que se puntúan de 1 a 4. La prueba tiene una estructura unidimensional estimada mediante análisis factorial confirmatorio y con medidas de confiabilidad adecuadas, obtenidas mediante la prueba Alfa de Cronbach ($\alpha = .91$).

Escala de Inestabilidad Matrimonial (Marital Instability Scale). Desarrollada por Booth y Edwards (1983). La prueba consta de cinco ítems, distribuidos en un solo factor, en una escala tipo Likert con cuatro alternativas de respuesta: «Nunca» (1), «A veces» (2), «En los últimos tres años» (3) y «Ahora» (4). Esta escala ha sido validada para población hispanoparlante mediante análisis factorial exploratorio para determinar la validez de constructo, obteniéndose una estructura interna unidimensional que explica el 72 % de la varianza total, el método de consistencia interna para estimar la confiabilidad con valores superiores a .91 (Iraurgi *et al.*, 2009).

Escala de Adaptabilidad y Cohesión Familiar (FACES II). La prueba consta de 20 ítems que se distribuyen en dos subescalas de cohesión y adaptabilidad según el modelo circuplejo de Olson *et al.* (1989). Los ítems impares valoran la cohesión,

y los pares, la adaptabilidad. La validez de esta prueba está respaldada mediante la teoría clásica de los test, ya que se obtuvieron correlaciones ítem-test adecuadas, se determinó la estructura de dos factores mediante análisis factorial exploratorio y la consistencia interna con valores superiores a .7 para cada una de las dimensiones a través de la prueba Alfa de Cronbach.

Inventario de Burnout de Maslach - Escala General (BMI-GS). Este instrumento corresponde a la tercera edición del BMI, desarrollado por Maslach *et al.* (1996), que fue validado en Perú por Fernández *et al.* (2015). La prueba consta de 15 ítems distribuidos en tres dimensiones: agotamiento emocional (que comprende los ítems 1, 2, 3, 4 y 6), cinismo (que comprende los ítems 8, 9, 13 y 14) y eficacia profesional (que comprende los ítems 5, 7, 10, 11, 12 y 15); en una escala de respuesta tipo Likert con siete opciones desde «Todos los días», que se puntúa con 7, hasta «Nunca», que se puntúa con 0. En el Perú, se ha corroborado la estructura de tres factores mediante análisis factorial confirmatorio, el cual arrojó índices de bondad de ajuste adecuados; se ha estimado la confiabilidad por medio del método de consistencia interna, obteniendo valores óptimos, y se ha practicado, además, un análisis de invarianza factorial con resultados satisfactorios.

Procedimiento

Para la recolección de los datos se aplicó la técnica de bola de nieve, que permitió la evaluación de amas de casa que residen en la ciudad de Arequipa. Cada una de las participantes firmó un consentimiento informado y accedió a colaborar con la investigación de manera voluntaria. Todas fueron evaluadas en sus hogares de manera individual, entre los meses de agosto y setiembre del 2021.

Resultados

En primer lugar, en la Tabla 1 se pueden apreciar los estadísticos descriptivos de nuestras variables de estudio (optimismo; inestabilidad matrimonial; funcionalidad familiar, con sus respectivas dimensiones, y síndrome de Burnout, con sus dimensiones correspondientes), de modo que, en todos los casos, los valores de las medias están próximos a los valores de las medianas. Asimismo, los valores de la asimetría y la curtosis se ubican dentro de un rango de ± 3 , lo que sugiere que los datos tienden hacia la normalidad.

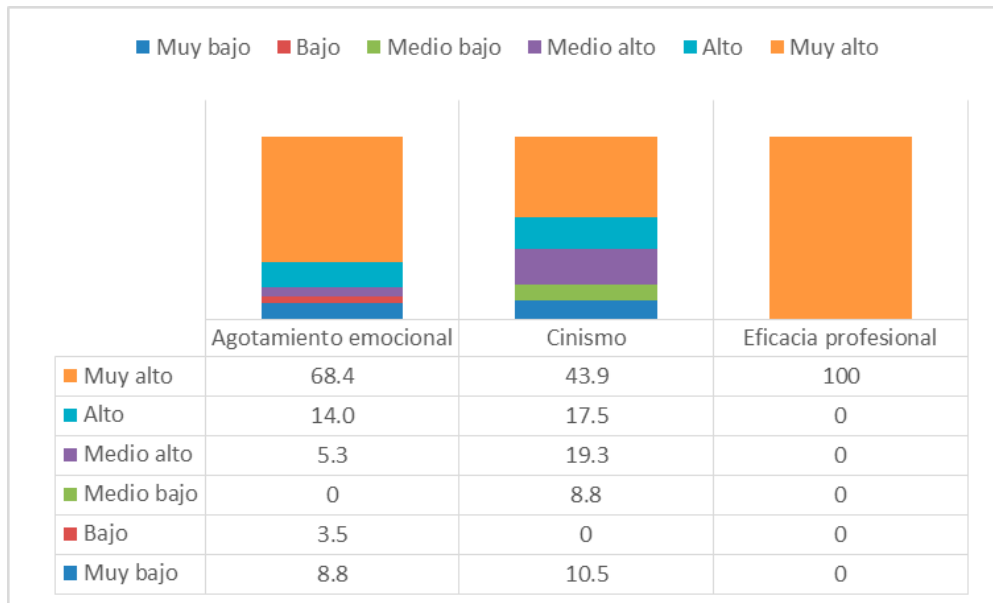


Tabla 1
Estadísticos descriptivos de las variables

	Optimismo	Inestabilidad matrimonial	Funcionalidad familiar	Cohesión	Adaptabilidad	Síndrome de Burnout	Agotamiento emocional	Cinismo	Eficacia profesional
Media	32.68	9.85	69.26	34.10	35.15	42.64	10.89	5.77	25.98
Mediana	32.00	8.00	70.00	34.00	35.00	41.00	10.00	4.00	26.00
Moda	30.00	5.00	67.00	33.00	40.00	41.00	16.00	2.00	32.00
DE	3.99	4.89	13.40	7.35	6.64	12.38	7.91	5.63	7.13
Varianza	15.97	23.98	179.59	54.02	44.20	153.37	62.70	31.71	50.83
Rango	19.00	15.00	51.00	28.00	28.00	55.00	29.00	21.00	24.00
Mínimo	21.00	5.00	43.00	19.00	19.00	23.00	0.00	0.00	12.00
Máximo	40.00	20.00	94.00	47.00	47.00	78.00	29.00	21.00	36.00
Asimetría	-0.54	0.47	-0.26	-0.18	-0.49	0.92	0.50	1.24	-0.31
Curtosis	0.91	-1.28	-0.76	-0.70	-0.36	1.13	-0.45	0.50	-1.00

En la Figura 1 se pueden apreciar los porcentajes de las manifestaciones del síndrome de Burnout como variables categóricas con seis niveles de respuesta. En cuanto al agotamiento emocional, el 68.4 % presenta un nivel muy alto; el 14 %, un nivel alto; el 5.3 %, un nivel medio bajo; el 3.5 %, un nivel bajo, y el 8.8 %, un nivel muy bajo. Con respecto a la dimensión cinismo, el 43.9 % presenta un nivel muy alto; el 17.5 %, un nivel alto; el 19.3 %, un nivel medio alto; el 8.8 %, un nivel medio bajo, y el 10.5 %, un nivel muy bajo. En la dimensión eficacia profesional, todas las mujeres evaluadas presentaron un nivel muy alto (100 %).

Figura 1
Porcentajes de las dimensiones del síndrome de Burnout



Con la finalidad de determinar la normalidad de los datos, para así optar por pruebas paramétricas o no paramétricas, se aplicó la prueba Kolmogorov-Smirnov. En la Tabla 2 se puede apreciar que todos los valores han resultado ser no significativos, por lo que se ha optado por utilizar pruebas paramétricas para el análisis de datos.

Tabla 2
Pruebas de Normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Optimismo	0,115	52	,807
Inestabilidad matrimonial	0,075	52	,732
Funcionalidad familiar	0,088	52	,094
Cohesión	0,094	52	,172
Adaptabilidad	0,178	52	,135
Agotamiento emocional	0,311	52	,931
Cinismo	0,160	52	,786
Eficacia profesional	0,098	52	,151

Nota: ^aCorrección de significación de Lilliefors

Seguidamente, se realizaron comparaciones de las variables de estudio, en función de los datos sociodemográficos, para lo cual se aplicó el análisis de varianza. En la Tabla 3 se presentan las comparaciones de las variables según el grado de instrucción, encontrándose diferencias estadísticamente significativas en la variable optimismo, de modo que quienes presentan menor grado de instrucción tienen medias de optimismo más altos. También se encontraron diferencias estadísticamente significativas en la variable funcionalidad familiar y sus dimensiones de cohesión y adaptabilidad, de manera que quienes presentan estudios primarios tienen puntajes más altos en esta variable y sus respectivas dimensiones, por encima de quienes tienen estudios secundarios y superiores; pero, quienes han seguido estudios superiores, tienen puntajes más altos que las mujeres con estudios secundarios concluidos. En cuanto a la variable síndrome de Burnout, se registraron diferencias significativas en el puntaje global y las medias de la dimensión eficacia profesional, con valores más altos para quienes presentan estudios primarios, seguidos de aquellos con estudios superiores y finalmente los que tienen estudios secundarios.

Tabla 3
Comparaciones en función del grado de instrucción

		N	Media	DE	F	Sig.
Optimismo	Primaria	2	35.50	2.12	4.236	0.020
	Secundaria	33	31.45	3.42		
	Superior	22	34.27	4.32		
Inestabilidad matrimonial	Primaria	2	9.00	4.24	0.987	0.379
	Secundaria	33	10.63	5.12		
	Superior	22	8.77	4.56		
Funcionalidad familiar	Primaria	2	77.00	1.41	3.488	0.038
	Secundaria	33	65.45	11.63		
	Superior	22	74.27	14.75		
Cohesión	Primaria	2	37.00	1.41	2.964	0.060
	Secundaria	33	32.15	5.92		
	Superior	22	36.77	8.73		
Adaptabilidad	Primaria	2	40.00	2.82	3.459	0.039
	Secundaria	33	33.30	6.04		
	Superior	22	37.50	6.95		
Burnout	Primaria	2	61.50	19.09	3.625	0.033
	Secundaria	33	40.12	12.15		
	Superior	22	44.72	10.86		
Agotamiento emocional	Primaria	2	18.00	11.31	0.969	0.386
	Secundaria	33	10.18	8.36		
	Superior	22	11.31	6.97		
Cinismo	Primaria	2	11.50	7.77	2.042	0.140
	Secundaria	33	6.39	5.61		
	Superior	22	4.31	5.26		
Eficacia profesional	Primaria	2	32.00	0.00	5.489	0.007
	Secundaria	33	23.54	6.79		
	Superior	22	29.09	6.50		

En la Tabla 4 se presentan las comparaciones de los valores de nuestras variables de estudio en función del estado civil, pero no se registraron diferencias estadísticamente significativas en ninguno de los casos, es decir que el estado civil no se encuentra asociado al optimismo, la inestabilidad matrimonial, la funcionalidad familiar o el síndrome de Burnout.



Tabla 4
Comparaciones en función del estado civil

		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
Optimismo	Entre grupos	44.29	2	22.14	1.407	0.254
	Dentro de grupos	850.02	54	15.74		
	Total	894.31	56			
Inestabilidad matrimonial	Entre grupos	37.06	2	18.53	0.766	0.470
	Dentro de grupos	1305.81	54	24.18		
	Total	1342.87	56			
Funcionalidad familiar	Entre grupos	859.68	2	429.84	2.524	0.090
	Dentro de grupos	9197.36	54	170.32		
	Total	10057.05	56			
Cohesión	Entre grupos	232.28	2	116.14	2.245	0.116
	Dentro de grupos	2793.07	54	51.72		
	Total	3025.36	56			
Adaptabilidad	Entre grupos	198.23	2	99.11	2.350	0.105
	Dentro de grupos	2277.34	54	42.17		
	Total	2475.57	56			
Burnout	Entre grupos	392.81	2	196.40	1.294	0.283
	Dentro de grupos	8196.17	54	151.78		
	Total	8588.98	56			
Agotamiento emocional	Entre grupos	278.31	2	139.15	2.324	0.108
	Dentro de grupos	3233.05	54	59.87		
	Total	3511.36	56			
Cinismo	Entre grupos	34.52	2	17.26	0.535	0.589
	Dentro de grupos	1741.50	54	32.25		
	Total	1776.03	56			
Eficacia profesional	Entre grupos	119.61	2	59.80	1.184	0.314
	Dentro de grupos	2727.36	54	50.50		
	Total	2846.98	56			

En la Tabla 5 se presentan las comparaciones de los valores de las variables optimismo, inestabilidad matrimonial, funcionalidad familiar y síndrome de Burnout, en función de la ocupación de las mujeres evaluadas. Sin embargo, como en el caso anterior, no se registraron diferencias estadísticamente significativas, lo que sugiere que las variables de estudio no se encuentran asociadas.

Tabla 5
Comparaciones en función de la ocupación

		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
Optimismo	Entre grupos	210.21	8	26.27	1.844	0.092
	Dentro de grupos	684.10	48	14.25		
	Total	894.31	56			
Inestabilidad matrimonial	Entre grupos	274.02	8	34.25	1.538	0.169
	Dentro de grupos	1068.85	48	22.26		
	Total	1342.87	56			
Funcionalidad familiar	Entre grupos	1921.24	8	240.15	1.417	0.214
	Dentro de grupos	8135.80	48	169.49		
	Total	10057.05	56			
Cohesión	Entre grupos	630.01	8	78.75	1.578	0.156
	Dentro de grupos	2395.35	48	49.90		
	Total	3025.36	56			
Adaptabilidad	Entre grupos	437.78	8	54.72	1.289	0.272
	Dentro de grupos	2037.79	48	42.45		
	Total	2475.57	56			
Burnout	Entre grupos	631.74	8	78.96	0.476	0.867
	Dentro de grupos	7957.23	48	165.77		
	Total	8588.98	56			
Agotamiento emocional	Entre grupos	469.65	8	58.70	0.926	0.504
	Dentro de grupos	3041.71	48	63.36		
	Total	3511.36	56			
Cinismo	Entre grupos	200.24	8	25.03	0.762	0.637
	Dentro de grupos	1575.78	48	32.82		
	Total	1776.03	56			
Eficacia profesional	Entre grupos	517.05	8	64.63	1.332	0.251
	Dentro de grupos	2329.92	48	48.54		
	Total	2846.98	56			



En la Tabla 6 se presentan las correlaciones entre las variables cuantitativas, para lo cual se aplicó el coeficiente de correlación de Pearson. La edad no se relaciona con ninguna de las variables de estudio, mientras que el optimismo se correlaciona positiva y moderadamente con la funcionalidad familiar y sus respectivas dimensiones, así como con la dimensión de eficacia profesional del síndrome de Burnout. La inestabilidad matrimonial se correlaciona negativamente con la funcionalidad familiar y sus dimensiones de cohesión y adaptabilidad, y más positivamente, con la dimensión de cinismo, del síndrome de Burnout. La funcionalidad familiar se correlaciona positiva y fuertemente con sus dimensiones de cohesión y adaptabilidad, y moderadamente con la dimensión de eficacia profesional del síndrome de Burnout; en tanto que la cohesión y la adaptabilidad también se correlacionaron de manera positiva y moderada con la eficacia profesional. Finalmente, el síndrome de Burnout se correlacionó positivamente con cada una de sus tres dimensiones, ya sea fuerte o moderadamente.

Tabla 6
Correlaciones

	1. Edad	2. Optimismo	3. Inestabilidad matrimonial	4. Funcionalidad familiar	5. Cohesión	6. Adaptabilidad	7. Burnout	8. Agotamiento emocional	9. Cinismo	10. Eficacia profesional
1	1	-0.008	-0.001	0.127	0.044	0.207	0.187	0.155	0.119	0.058
2		1	-0.127	,588**	,537**	,592**	0.121	-0.114	-0.156	,460**
3			1	-,329*	-,349**	-,278*	-0.043	-0.147	,356**	-0.192
4				1	,961**	,953**	0.190	-0.053	-0.126	,489**
5					1	,832**	0.115	-0.052	-0.186	,404**
6						1	0.256	-0.050	-0.049	,538**
7							1	,706**	,523**	,540**
8								1	0.162	-0.012
9									1	-0.062
10										1

Nota: ** $p < .01$; * $p < .05$

Para concluir con los resultados, se realizó un análisis predictivo de las variables de estudio para determinar cuál tiene un mayor impacto en el síndrome de Burnout, considerando cada una de sus tres dimensiones como variables dependientes. En la Tabla 7 se presentan los resultados del análisis de regresión lineal practicado, considerando el optimismo, la inestabilidad matrimonial y las dimensiones de cohesión y adaptabilidad como variables independientes o predictoras, y al agotamiento emocional, como variable dependiente. El modelo resultante no fue estadísticamente significativo ($p = .685$) y ninguna de las variables predictoras tuvo un impacto significativo en la variable dependiente.

Tabla 7
Análisis predictivo del agotamiento emocional

Modelo	Coeficientes no estandarizados		Coeficientes estandarizados	t	Sig.
	B	Desv. Error	Beta		
(Constante)	22.674	9.589		2.365	0.022
Optimismo	-0.225	0.336	-0.114	-0.669	0.507
1 Inestabilidad matrimonial	-0.292	0.235	-0.181	-1.244	0.219
Cohesión	-0.094	0.272	-0.087	-0.346	0.731
Adaptabilidad	0.047	0.307	0.040	0.154	0.878

Nota: * $p = .685$

En la Tabla 8 se presenta un segundo modelo de regresión lineal, tomando la dimensión cinismo como variable dependiente. El modelo resultante fue estadísticamente significativo ($p = .026$), y se determinó que la variable inestabilidad matrimonial tuvo un impacto positivo y significativo ($\beta = 0.339$; $p = .014$) en el cinismo, explicando un 33 % de su variabilidad, lo que sugiere que las mujeres con una relación matrimonial menos estable presentarán mayor grado de despersonalización.



Tabla 8
Análisis predictivo del cinismo

Modelo	Coeficientes no estandarizados		Coeficientes estandarizados	t	Sig.
	B	Desv. Error	Beta		
(Constante)	6.477	6.276		1.032	0.307
Optimismo	-0.272	0.220	-0.193	-1.235	0.223
² Inestabilidad matrimonial	0.390	0.154	0.339	2.538	0.014
Cohesión	-0.241	0.178	-0.315	-1.352	0.182
Adaptabilidad	0.357	0.201	0.421	1.778	0.081

Nota: * $p = .026$

En la Tabla 9 se presenta un tercer modelo de regresión lineal, en el que se ha considerado el optimismo, la inestabilidad matrimonial y las dimensiones de cohesión y adaptabilidad como variables independientes o predictoras, y a la eficacia profesional, como variable dependiente. El modelo resultante obtuvo una alta significancia estadística ($p = .000$) y se encontró que la dimensión adaptabilidad predice positivamente a la eficacia profesional ($\beta = 0.547$; $p = .014$), explicando el 54 % de la varianza total.

Tabla 9
Análisis predictivo de la eficacia profesional

Modelo	Coeficientes estandarizados		no	Coeficientes estandarizados	t	Sig.
	B	Desv. Error	Beta			
(Constante)	-0.425	7.192			-0.059	0.953
Optimismo	0.422	0.252	0.237		1.673	0.100
Inestabilidad matrimonial	-0.119	0.176	-0.082		-0.678	0.501
Cohesión	-0.200	0.204	-0.207		-0.981	0.331
Adaptabilidad	0.587	0.230	0.547		2.550	0.014

Nota: * $p = .000$

Discusión

Los estudios sobre el Burnout en amas de casa indican que hasta un 21 % presenta niveles severos del síndrome (González *et al.*, 2009); mientras que en nuestra investigación el 64 % obtuvo niveles altos de agotamiento emocional, 43.9 % obtuvo niveles altos de cinismo y el 100 % obtuvo niveles altos de eficacia profesional. Estos valores pueden ser explicados por los altos niveles de depresión y soledad que han sido reportados en estudios previos sobre el síndrome en amas de casa (Kaplan, 2021; Seo y Kim, 2022). Sin embargo, al hacer comparaciones en función del grado de instrucción, el estado civil y la ocupación, solo se registraron diferencias estadísticamente significativas en el primer caso.

De este modo, quienes presentaron un nivel educativo más bajo obtuvieron medidas más altas en optimismo, funcionalidad familiar y sus dimensiones de cohesión y adaptabilidad, así como eficacia profesional; le siguen las mujeres con estudios superiores y, en último lugar, aquellas con estudios secundarios. Estos resultados contradicen los estudios previos que señalan que, a mayor grado de instrucción, los niveles de optimismo serán mayores (Caycho y Castañeda, 2015), al igual que en cohesión y adaptabilidad familiar (Arias *et al.*, 2018) y en el síndrome de Burnout (Arias y Jiménez, 2012; Arias, 2015). Ello se debe a que mientras la persona tiene más estudios cuenta con mayores recursos para comprender y hacer frente a diferentes situaciones adversas, lo que se traduce en una visión más optimista de la vida, mejores relaciones familiares y menores niveles de estrés laboral, que es el antecedente directo de la ocurrencia del síndrome de Burnout. Por otro lado, llama



también la atención que el estado civil no se haya relacionado con la funcionalidad familiar, como se ha reportado en investigaciones realizadas con poblaciones latinoamericanas, donde predomina un esquema más tradicional de la familia (Castillo *et al.*, 2021; Pliego y Castro, 2015; Torres *et al.*, 2023).

En cuanto a las relaciones entre las variables de estudio, el optimismo se ha correlacionado positivamente con la funcionalidad familiar y sus respectivas dimensiones, así como con la dimensión de eficacia profesional del síndrome de Burnout. Son pocos los estudios que han relacionado estas variables, pero la teoría señala que el optimismo se forma en el seno de la familia como una manera de enfocar la vida (Seligman, 1998), por tanto, es de esperarse que ambas variables guarden relaciones entre sí. La inestabilidad matrimonial se correlacionó negativamente con la funcionalidad familiar, la cohesión y la adaptabilidad familiar, pero se correlacionó positivamente con la dimensión de cinismo del síndrome de Burnout. En ese sentido, dado que la inestabilidad matrimonial predice la intención de romper una relación de pareja, y puede decirse también que mide una tendencia al divorcio, es lógico que se hayan establecido correlaciones inversas con la funcionalidad familiar y sus respectivas dimensiones (Rodríguez *et al.*, 2015); por otro lado, el hecho de que se haya correlacionado positivamente con el cinismo, implica que los sentimientos de insatisfacción con la pareja conllevan a la despersonalización, pero, a la vez, interfieren con el desenvolvimiento de las funciones domésticas o laborales, según sea el caso (Arias *et al.*, 2018). Asimismo, la funcionalidad familiar se correlacionó de forma positiva y moderada con la dimensión de eficacia profesional del síndrome de Burnout, al igual que la cohesión y la adaptabilidad. Esto se debe a que esta dimensión del síndrome se puntúa de manera inversa (Fernández *et al.*, 2015) y, aunque se le suele conceptualizar también como baja realización personal o ineficacia, mientras más alto sea su puntaje, el síndrome de Burnout tenderá a ser más leve.

Los análisis de regresión practicados sugieren que la inestabilidad matrimonial predice positivamente el cinismo, así como la adaptabilidad familiar predice la eficacia profesional. Estos datos, que mantienen sintonía con los resultados del análisis correlacional, ubican a la insatisfacción marital y a la flexibilidad como dos variables que tienen injerencia en los escenarios laborales. Asimismo, dado que este estudio se realizó con amas de casa, evidentemente, se circunscribe dentro del marco del conflicto familia-trabajo, que suele tener una mayor afectación en la población femenina tanto en su desenvolvimiento profesional como en su salud física y mental (González, 2011).

Con respecto a este punto, puesto que las condiciones laborales de las mujeres latinoamericanas son más precarias con respecto a los varones, en tanto que tienen menores ingresos, acceden a menos trabajos formales, están expuestas a diversos

riesgos psicosociales, como el acoso laboral, y se ubican dentro del umbral de pobreza en mayores porcentajes que sus pares masculinos (Miró Quesada y Ñopo, 2022; Reis y Vasconcelos, 2022; Urquidi *et al.*, 2021; Vanegas *et al.*, 2020). En las últimas décadas se ha promovido una mayor equidad de género, que favorece el empoderamiento femenino en el contexto laboral y familiar (Agenjo-Calderón, 2021; Finke *et al.*, 2021; García, 2021; Katz *et al.*, 2021; Romero y Kerstenetzky, 2015). También debe añadirse que las nuevas generaciones están renegociando las pautas de convivencia y los roles familiares orientados hacia una mayor equidad en la compartición de responsabilidades familiares (Golik, 2013).

Por otro lado, el hecho de que las mujeres tengan mayor independencia económica, cuenten con estudios superiores y vayan conquistando más espacios sociales ha permitido una redefinición de su identidad personal sin la necesidad de escindir sus roles laborales y familiares (Arenas, 2020; Castañeda-Rentería, 2015; Gajardo, 2018). Sin embargo, en este proceso, es fundamental que tanto las empresas y las organizaciones laborales como toda la sociedad en su conjunto promuevan una visión conciliadora entre el trabajo y la familia, brindando diversos mecanismos que permitan la sinergia de ambos espacios, con la consecuente reducción de los riesgos psicosociales asociados a ello (Donati, 2015; Sanz, 2011).

De ahí que nuestro estudio posea cierta relevancia teórica, pues es una de las pocas investigaciones que se circunscribe en esta temática, que tiene implicancias prácticas evidentes en la familia, el trabajo, la salud y la sociedad. Lamentablemente, el tamaño de la muestra hace imposible la generalización de los resultados, constituyéndose en su principal limitación. Por ello, es necesario realizar más investigaciones sobre el Burnout en amas de casa y en relación con diversas variables familiares, pero con muestras más grandes y representativas de la ciudad de Arequipa. Por esta razón, nuestros resultados no son concluyentes, pero puede decirse que la inestabilidad matrimonial y la adaptabilidad familiar tienen un impacto mensurable sobre las dimensiones del síndrome de Burnout, cinismo y eficacia profesional, respectivamente. Asimismo, el grado de instrucción parece estar asociado con el optimismo, la funcionalidad familiar y el síndrome de Burnout, aunque no en el sentido esperado.

Referencias

- Agenjo-Calderón, A. (2021). Genealogía del pensamiento económico feminista: Las mujeres como sujeto epistemológico y como objeto de estudio en economía. *Revista de Estudios Sociales*, 75, 42-54. <https://doi.org/10.7440/res75.2021.05>
- Alarcón, R. (2001). Relaciones entre felicidad, género, edad y estado conyugal. *Revista de Psicología (Pontificia Universidad Católica del Perú)*, 19(1), 27-46.



- Alarcón, R. (2002). Fuentes de felicidad: ¿Qué hace a la gente feliz? *Revista de Psicología (Pontificia Universidad Católica del Perú)*, 20(2), 169-196.
- Alarcón, R. (2014). Funcionamiento familiar y sus relaciones con la felicidad. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 3(1), 61-74.
- Álvarez-Rebolledo, A. M. y Barrios, E. E. (2020). Efectos del Burnout en madres solteras mexicanas durante la contingencia del COVID-19. *Psicología*, 4, 69-91.
- Andújar, C. A., Nieves, M., Santiago, B., Delgado, K. y Otero, E. (2013). Validación de las inferencias de la Escala de Optimismo usando la teoría clásica de medición en una muestra de empleados de la región norte de Puerto Rico. *Revista Interamericana de Psicología Ocupacional*, 32(1), 74-84.
- Arenas, S. (2020). Sin exclusiones: Catolicismo, mujeres y liderazgo distribuido. *Teología y Vida*, 61(4), 537-553.
- Arias, W. L. (2015). *Síndrome de Burnout y afrontamiento*. Adrus.
- Arias, W. L., Castro, R. y Rivera, R. (2022). Propiedades psicométricas del Inventario de Integración Familiar en parejas con hijos y sin hijos de Arequipa. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, 14(1), 92-116. <https://doi.org/10.17151/rlef.2022.14.1.6>
- Arias, W. L., Ceballos, K. D., Román, A., Maquera, F. y Sota, A. (2018). Impacto de la familia en el trabajo: Un estudio predictivo de trabajadores de una universidad privada de Arequipa. *Perspectiva de Familia*, 3, 45-78.
- Arias, W. L. y Jiménez, N. A. (2012). *Estrés crónico en el trabajo: Estudios del síndrome de Burnout en Arequipa*. Universidad Católica San Pablo.
- Berges, M., Echevarría, L. y Rodríguez, J. I. (2021). El costo de los niños y su impacto en el presupuesto de las familias. Un análisis para Argentina. *Revista de Análisis Económico*, 36(1), 23-48.
- Booth, A. y Edwards, J. (1983). Measuring marital instability. *Journal of Marriage and the Family*, 45, 387-393.
- Carver, C. S. y Scheier, M. F. (2005). Optimism. En C. R. Snyder y S. J. López (Eds.), *Handbook of Positive Psychology* (pp. 231-243). Oxford University Press.
- Castañeda-Rentería, L. I. (2015). Referentes, tensiones y rupturas identitarias. Mujeres profesionistas y sus familias de origen. *Avances en Psicología*, 23(2), 191-201.
- Castillo, A. R. S., Obando, E. C. y Casavilca, E. R. (2021). Factores socioeconómicos que se relacionan con la tasa de divorcios de la mujer en el Perú. *Quipukamayoc*, 29(60), 29-39. <https://dx.doi.org/10.15381/quipu.v29i60.20204>
- Caycho, T. y Castañeda, M. C. (2015). Felicidad y optimismo en adolescentes y jóvenes peruanos y paraguayos: Un estudio predictivo. *Salud & Sociedad*, 3(6), 250-263.

- Cepellos, V. (2021). Feminização do envelhecimento: Um fenómeno multifacetado muito além dos números. *Revista de Administração de Empresas*, 61(2). <https://doi.org/10.1590/S0034-759020210208>
- Contreras-Palacios, S. C., Ávalos-García, M. I., Priego, H. R., Morales-García, M. H. y Córdova, J. A. (2013). Síndrome de Burnout, funcionalidad familiar y factores relacionados en personal médico y de enfermería de un hospital de Villahermosa, Tabasco, México. *Salud Pública*, 12(2), 45-54.
- Cornejo, R. I. (2021). El trabajo doméstico y de cuidado no remunerado en los países andinos. *Discursos del Sur*, 8, 113-133. <https://doi.org/10.15381/dds.n8.22112>
- Cuervo, J. J. (2013). Parejas viables que perduran en el tiempo. *Diversitas. Perspectivas en Psicología*, 9(2), 257-270.
- Deater-Deckard, K. (2004). *Parenting stress*. Yale University Press.
- Díaz-Morales, J. F., Quiroga, M. A., Escribano, C. y Delgado, P. (2009). Emparejamiento selectivo en temperamento e inteligencia y su relación con la satisfacción marital. *Psicothema*, 21(2), 262-267.
- Donati, P. (2015). La familia, capital social: Las políticas para promover el capital social familiar como prerrequisito de un desarrollo sostenible. En S. Kampowski y G. Gallazzi (Comps.). *Familia y desarrollo sostenible* (pp. 135-183). Universidad Católica San Pablo.
- Eguiluz, L. L., Calvo, R. M. y De la Orta, D. (2012). Relación entre la percepción de la satisfacción marital, sexual y la comunicación en parejas. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 1(1), 15-28.
- Fernández, M., Juárez, A. y Merino, C. (2015). Análisis estructural de invarianza de medición del MBI-GS en trabajadores peruanos. *Liberabit*, 21(1), 9-20.
- Ferrer, V. A., Bosch, E. y Gili, M. (1998). Aspectos diferenciales en salud entre las mujeres que trabajan fuera del hogar y las amas de casa. *Psicothema*, 10(1), 53-63.
- Finke, J., Osorio-Tinoco, F. y Pereira, F. (2021). Empoderamiento femenino, emprendimiento y pobreza: El caso colombiano. *Cuadernos de Administración*, 34. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.ca034.efepcc>
- Freudenberger, H. J. (1974). Staff Burnout. *Journal of Social Issues*, 30, 159-165.
- Gajardo, C. (2018). La construcción discursiva de la identidad de madre/trabajadora en madres del grupo socioeconómico medio de Santiago de Chile. *Vive. RALÉD*, 18(1), 117-137.
- Garavito, C. (2018). Demanda de trabajo del hogar remunerado en el Perú urbano. *Economía*, 41(82), 35-60. <https://doi.org/10.18800/economia.201802.002>
- Garcés, E. (1995). Burnout en niños y adolescentes: Un nuevo síndrome en psicopatología infantil. *Psicothema*, 7(1), 33-40.



- García, A. M. (2021). Equidad de género: Un estudio del mercado laboral en Colombia, con análisis en el sector de educación superior en el departamento de Norte de Santander. *Revista de Economía del Caribe, NA(28)*. <https://doi.org/10.14482/ecoca.28.514.21>
- García-Cadena, C., Daniel-González, L., García, F. E., Caycho-Rodríguez, T. y Quiceno, J. (2023). Validez de constructo e invarianza factorial en siete países hispanoparlantes de dos escalas de optimismo. *Interdisciplinaria, 40(3)*, pp. 22-23. <https://www.redalyc.org/journal/180/18075154032/html/>
- García, T. y Solsona, M. (2011). El divorcio como nudo biográfico: Una revisión de la literatura reciente desde la perspectiva de la vulnerabilidad postdivorcio. *Documentos de Análisis en Geografía, 57(1)*, 105-126.
- Gaxiola-Villa, E. (2014). Bienestar psicológico y desgaste profesional (DP) en amas de casa docentes universitarias. *Journal of Behavior, Health & Social Issues, 6(1)*, 79-88. <https://doi.org/10.5460/jbhsi.v6.1.47605>
- Gil-Monte, P. R. y Peiró, J. M. (1999). Perspectivas teóricas y modelos interpretativos para el estudio del síndrome de quemarse por el trabajo. *Anales de Psicología, 15(2)*, 261-268.
- Golik, M. (2013). Las expectativas de equilibrio entre vida laboral y vida privada y las elecciones laborales de la nueva generación. *Cuadernos de Administración, 26(46)*, 107-133.
- González, E., Núñez, J. M. y Salvador, A. (1997). Efectos de un programa de entrenamiento sobre el estado de ánimo y la ansiedad en mujeres sedentarias. *Psicothema, 9(3)*, 487-497.
- González, M. C., Jaramillo-Sierra, A. L. y Vargas, E. (2022). Procesos de reconfiguración identitaria en hombres que son los principales cuidadores de sus hijas e hijos. *Revista de Estudios Sociales, 80*, 37-55. <https://doi.org/10.7440/res80.2022.03>
- González, M. F. (2011). Salud laboral y género: Apuntes para la incorporación de la perspectiva de género en el ámbito de la prevención de riesgos laborales. *Revista de Medicina y Seguridad en el Trabajo, 57*, 89-114.
- González, M. T., Landero, R. y Moral, J. (2009). Cuestionario de Burnout para amas de casa (CUBAC): Evaluación de sus propiedades psicométricas y del modelo secuencia de Burnout. *Universitas Psychologica, 8(2)*, 533-544.
- Guzmán-González, M., Alfaro, I. y Armenta, C. (2013). Perdón y satisfacción marital: Una mirada desde lo sistémico. *Salud & Sociedad, 4(3)*, 284-294.
- Hernández, L. A., Gómez, M. E. y Vega, L. O. (2022). Adaptación del Parenting Stress Index-4 Short Form en madres mexicanas de preescolares. *Acta de Investigación Psicológica, 12(2)*, 5-15. <https://doi.org/10.22201/fpsi.20074719e.2022.2.435>

- Iraurgi, I., Sanz, M. y Martínez-Pampliega, A. (2009). Adaptación y estudio de psicométrico de dos instrumentos de pareja: Índice de Satisfacción Matrimonial y Escala de Inestabilidad Matrimonial. *Revista de Investigación en Psicología*, 12(2), 177-192.
- Kaplan, V. (2021). The Burnout and loneliness levels of housewives in home-quarantine during Covid-19 pandemic. *Cyprus Turkish Journal of Psychiatry & Psychology*, 3(2), 115-122. <https://doi.org/10.35365/ctjpp.21.2.13>
- Katz, M., Rojo, G. y Saenz, M. M. (2021). Las mujeres en la agenda pública: Ampliación de derechos de búsqueda de equidad. Argentina (2003-2020). *Revista Educación y Sociedad*, 2(4), 35-47. <https://doi.org/10.53940/reys.v2i4.73>
- Lebert-Charron, A., Dorard, G., Boujut, E. y Wendland, J. (2018). Maternal Burnout síndrome: Contextual and psychological associated factors. *Frontiers in Psychology*, 9, 885. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00885>
- Limiñana, R. M. y Patró, R. (2004). Mujer y salud: Trauma y cronificación en madres de discapacitados. *Anales de Psicología*, 20(1), 47-54.
- Loli, A., Arias, F., del Carpio, J., Arce, J., Reyes, M. y Ancayo, N. (2014). El esfuerzo laboral, la autoestima y la salud mental en mujeres trabajadoras de Lima Metropolitana. *Revista de Investigación en Psicología*, 17(1), 139-155.
- Lotero Vasquez, D. F. y Rodríguez Gaitán, D. G. (2023). Satisfacción laboral entre los trabajadores de servicio doméstico: Un análisis de factores clave. *Revista Ciencia Multidisciplinaria CUNORI*, 7(1), 1-17. <https://doi.org/10.36314/cunori.v7i1.204>
- Maslach, C. y Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced Burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 12, 99-113.
- Maslach, C., Jackson, S. E. y Leiter, M. P. (1996). *Maslach Burnout Inventory Manual* (3.^{ra} Ed.). Consulting Psychologists Press.
- Medina, B., Reyes, C. y Villar, T. M. (2009). La confluencia en la relación de pareja como limitante para el crecimiento personal: Una visión gestáltica. *Revista Mal-estar e Subjetividade*, 9(4), 1103-1119.
- Minuchin, S. y Fishman, H. Ch. (1996). *Técnicas de terapia familiar*. Paidós.
- Miró Quesada, J. y Ñopo, H. (2022). *Ser mujer en el Perú: Dónde estamos y a dónde vamos*. Planeta.
- Moral, J., González, T. y Landero, R. (2011). Estrés percibido, ira y Burnout en amas de casa mexicanas. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 2(2), 123-143.
- Olson, D. H., Russell, C. y Sprenkle, D. H. (1989). Circumplex model of marital and family systems II: Empirical studies and clinical intervention. *Advances in Family Intervention, Assessment and Theory*, 1, 129-176.



- Pareek, C., Agarwal, N. y Jain, Y. (2021). Understanding Burnout in Italian housewives Amidst COVID-19 pandemic. *The International Journal of Indian Psychology*, 9(3), 2317-2324. <https://doi.org/10.25215/0903.220>
- Pinto, J. y Barra, E. (2015). Conflicto trabajo-familia y bienestar psicológico en trabajadores de empresas industriales de Chile. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 4(1), 15-24.
- Pliego, F. y Castro, R. J. (2015). *Tipos de familia y bienestar de niños y adultos*. Universidad Católica San Pablo.
- Prado, T. R. y Del Águila, M. (2010). Ajuste y satisfacción en parejas que trabajan. *Revista de Investigaciones Psicológicas*, 1(1), 38-52.
- Quezada, J., Zavala, E. y Lenti, M. (2015). Satisfacción familiar en mujeres jóvenes. *Avances en Psicología*, 23(2), 223-229.
- Quiroga, M. A. y Sánchez, M. P. (1997). Análisis de la insatisfacción familiar. *Psicothema*, 9(1), 69-92.
- Reis, R. C. y Vasconcelos, S. (2022). Pobreza multidimensional femenina brasileña en 2015. *Apuntes*, 90, 181-207. <https://doi.org/10.21678/apuntes.90.1389>
- Riesco, R. y Arela, R. (2015). Impacto de la estructura familiar en la satisfacción con los ingresos en los hogares urbanos en Perú. *Economía*, 38(76), 51-76.
- Ríos, J. A. (2005). *Los ciclos vitales de la familia y la pareja. ¿Crisis u oportunidades?* Editorial CCS.
- Rodríguez, A., Rodríguez, H. J. y Luján, I. (2015). Modelo de inestabilidad familiar en la ruptura de la pareja. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(2), 91-102.
- Rodríguez, U., Trillos, L. F. y Baute, V. C. (2014). Caracterización del síndrome de Burnout en amas de casa residentes en el barrio Rodrigo de Bastidas de la ciudad de Santa Marta, Colombia. *Psicogente*, 17(32), 431-441.
- Romero, K. y Kerstenetzky, C. L. (2015). Entre altruismo e o familismo: A agenda parlamentar femenina e as políticas familia-trabalho (Brasil, 2003-2013). *Revista Brasileira de Ciência Política*, 18, 119-146.
- Rubio, C., Oscala, A., Recio, P., Urien, B. y Peiró, J. M. (2015). Work-family conflict, self-efficacy, and emotional exhaustion: A test of longitudinal effects. *Journal of Work and Organizational Psychology*, 31, 147-154.
- Sanz, A. I. (2011). Conciliación y salud laboral: ¿una relación posible? Actualidad en el estudio del conflicto trabajo-familia y la recuperación del estrés. *Medicina y Seguridad del Trabajo*, 57(1), 115-126.
- Seligman, M. E. P. (1998). *Learned Optimism: How to change your mind and your life*. Random House.

- Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N. y Peterson, C. (2005). Positive Psychology progress. Empirical validation of interventions. *American Psychologist*, 60(5), 410-421. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.60.5.410>
- Seo, J. H. y Kim, H. K. (2022). What is the Burnout of mothers with infants and toddlers during the COVID-19 pandemic? In relation to parenting stress, depression, and parenting efficacy. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19, 4291. <https://doi.org/10.3390/ijerph19074291>
- Smadi, E. Y. (2019). Psychological Burnout of women working and housewives at the menopausal stage in Amman City / Jordan. *Asian Social Science*, 15(2), 124-132. <https://doi.org/10.5539/ass.v15n2p124>
- Soria, R. y Lara, N. (2018). Estrés y apoyo social en mujeres amas de casa y empleadas domésticas. *Alternativas en Psicología*, 38, 99-114.
- Torres, A., Cerellino, L. P. y Rivera, R. (2023). Female perception of cohabitation and marriage in Metropolitan Arequipa. *Interacciones*, 9, e270. <https://doi.org/10.24016/2023.v9.270>
- Urquidi, M., Valencia, H. y Durand, G. (2021). Brecha de ingresos laborales por género en Bolivia: Un análisis de su evolución en el periodo 1993 a 2018. *Revista de Análisis Económico*, 36(2), 95-124.
- Valle Pico, M. I. y Larzabal Fernández, A. (2022). Estrés, malestar psicológico, bienestar psicológico y satisfacción con la vida según modalidades de trabajo en madres de familia. *Ciencias Psicológicas*, 16(2), e2794. <https://doi.org/10.22235/cp.v16i2.2794>
- Vanegas, J. G., Arango, M. A., Gómez-Betancur, L. y Cortés-Cardona, D. (2020). Educación financiera en mujeres: Un estudio en el barrio López de Mesa de Medellín. *Revista Facultad de Ciencias Económicas*, 28(2), 121-141. <https://doi.org/10.18359/rfce.4929>
- Villegas, M. y Mallor, P. (2012). La dimensión estructural y evolutiva en las relaciones de pareja. *Acción Psicológica*, 9(2), 97-108.
- Zicavo, N. y Vera, C. (2011). Incidencia del ajuste diádico y sentido del humor en la satisfacción marital. *Revista de Psicología (Universidad César Vallejo)*, 13(1), 74-89.