

Estrés y su impacto en la salud mental en padres con niños que presentan Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad

Daisy Alabarca , Nitzeidy Wardrope 

Docente: Raúl Montenegro

Sede Véneto, Facultad de Ciencia de la Salud, Licenciatura en Psicología General,

Asignatura: Metodología de la investigación aplicada a la psicología

dalabarca@gmail.com, nitzeidy14@gmail.com, raulmontenegro@umecit.edu.pa

Resumen

Este artículo se basó en evaluar y describir los niveles de estrés que pueden llegar a experimentar los padres de hijos con trastorno de déficit atencional a diferencia de los padres de hijos sin trastorno de déficit atencional y como esto puede impactar en su salud mental, la información se hizo de manera cuantitativa dado que pudimos analizar los datos numéricos dando como resultado que una diferencia notable en relación al nivel de estrés entre los dos grupos. Concluyendo así que la mala gestión del estrés en los padres puede generar sentimientos de culpa, ansiedad y depresión afectando su bienestar mental.

Palabras clave: Estrés, Salud Mental, Hijos, Padres, TDAH

Abstract

This article was based it on evaluating and describing the levels of stress that parents whose children have attention deficit disorder might experience unlike parents of children without attention deficit disorder and how this can affect their mental health. The information was made quantitatively, which allowed us to analyze the numerical data obtained, resulting in a notable difference in the level of stress between the two groups. Concluding that poor stress management in parents can generate feelings of guilt, anxiety, and depression affecting their well-being.

Keywords: Stress, Mental Health, Children, Parents, ADHD.

1. Introducción

Se define como (TDAH) el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad, como aquel patrón persistente de conductas inquietantes de inatención, hiperactividad e incluso impulsividad, basado en el (DSM 5; American Psychiatric Asociación, 2013), la cual puede llegar a tener un carácter crónico. Diferentes investigaciones manifiestan que los problemas que académicos/

laborales, emocionales, sociales y conductuales son asociados al TDAH, quiere decir que influye en de una forma negativa. Además, cabe mencionar que los padres en su crianza con sus hijos crean exigencias, esto superan los recursos para hacer frente a dicha crianza. (Deater-Deckard, 2004).

Uno punto de importancia es que ha suscitado mayor interés en la investigación sobre el funcionamiento psicosocial de familias con hijos con TDAH ha sido el estrés parental. Desde esta perspectiva, se ha puesto de manifiesto que los padres de niños con TDAH presentan niveles de estrés superiores a los padres de niños con un desarrollo normal.

Quiere decir que a menudo los padres se sienten desbordados, incapaces de manejar el comportamiento de su hijo. Además, su autoestima y satisfacción del rol, menor sensación de competencias menores expectativas de éxito y más discordia con su pareja, especialmente cuando el TDAH se acompaña de alteraciones conductuales. Parece haber una reducción de la autoestima y satisfacción en su rol, menor sensación de competencia. Estos niveles de tensión parecen relacionarse con la severidad de la sintomatología.

En varias investigaciones es notorio que las familias que tienen niños con TDAH, los métodos de disciplina poco adecuados, como lo son estrategias agresivas y autoritarias. (Miranda, Grau, Marco y Roselló, 2007). Del mismo que los mismos padres se expresan sobre sus hijos de una manera que hacen que creen un comportamiento negativo en base a su comportamiento diario, en muchas ocasiones también le imponen extralimitaciones y sin un argumento de ello, como resultado provocando las emociones negativas en los padres, así reflejando el estrés en los padres.

De lo anterior se propone la siguiente pregunta de investigación: ¿Existe un impacto del estrés en la salud mental de padres con hijos con Trastorno de déficit de atención con hiperactividad?

1.1. Naturaleza y Alcance del tema tratado

Este trabajo responde a la línea de investigación Psicología y Desarrollo Humano, en el área Ámbito del desarrollo de la personalidad en el eje temático salud y bienestar.

1.2. Objetivos

Objetivo general

Evaluar el nivel de estrés en padres con hijos que tienen TDAH y en padres con hijos sin TDAH.

Objetivos específicos:

- Describir el efecto que tiene el estrés en la salud mental en padres con hijos que tienen

TDAH.

- Elaborar un artículo informativo con herramientas de ayuda para los padres que se encuentren en situaciones similares y no pueden llevar un afrontamiento adecuado en la relación con su hijo.

1.3. Justificación

El interés por investigar este tema es que El TDAH (trastorno por déficit de atención con hiperactividad) es un tipo de trastorno del neurodesarrollo, que afecta en gran magnitud a los niños y tiene gran influencia sobre el estrés en los padres .Nuestra investigación es enfocada en las diferencias en estrés percibido por padres con / sin hijos con TDAH y su impacto en la salud mental a su vez queremos Elaborar un artículo informativo con herramientas de ayuda para los padres que se encuentren en situaciones similares y no pueden llevar un afrontamiento adecuado en la relación con su hijo.

1.4. Estado del arte

Muchos padres cuando tienen hijos lo que más quieren es que sus niños sean sanos, cuando no pasa esto muchos padres pueden llegar a sentir miedo, infelicidad e inseguridad. Tener un hijo con una discapacidad sea física, emocional o cognitiva puede tener un impacto negativo en la estructura familiar especialmente en los padres que llegan a tener una perspectiva diferente de sus hijos causando un aumento del estrés como consecuencia de la demanda física, económica y psíquica que acarrea un hijo con un trastorno diagnosticado.

Partiendo de esto podemos decir que el estrés es una reacción fisiológica propia del organismo, en donde los mecanismos de defensa trabajan de manera exhaustiva para afrontar esas reacciones fisiológicas negativas y amenazantes, que se perciben en ese momento. Nuestro organismo siempre presenta estrés mínimo y es que el estrés es necesario para nuestra supervivencia, pero cuando se da en exceso, se convierte en una sobrecarga de tensión que afecta el organismo, provoca enfermedades y patologías, que altera el desarrollo y las funciones de nuestro organismo. En relación al estrés, es necesario recordar que este artículo está basado en el estrés que puede sufrir un padre con hijo con Trastorno de déficit atencional con hiperactividad. Ahora es importante definir que es el TDAH.

El TDAH es un trastorno de origen neurológicos, que a su vez se define por tres características bien especificadas: hiperactividad, impulsividad e inatención, estas características pueden presentarse solas o combinadas, de acuerdo con el caso. Lo podemos identificar como un trastorno cuando sus síntomas o comportamientos se observan con mucha mayor frecuencia que en los demás niños y que a su vez interfieren en su vida cotidiana, en su casa, escuela o entorno general (Pujol,2006).

Este trastorno es una de las alteraciones crónicas que afecta a millones de infantes. En 1980 La Asociación Psiquiátrica América (APA) reconoció o tipificó este trastorno. Basado en el DSM-V (Manual diagnóstico y estadísticos de los trastornos mentales) destacó que hay diferentes cuadros clínicos para el TDAH y se reconocieron tres tipos:

- Trastorno por déficit atencional con Hiperactividad predominante inatento.
- Trastorno por déficit atencional con hiperactividad predominante hiperactivo-impulsivo
- Trastorno por déficit atencional con Hiperactividad predominante Combinado.

¿Cómo afecta el TDAH a los padres?

Un diagnóstico como el TDAH en un hijo puede llegar a trastocar la vida de los padres especialmente en el ambiente psicosocial. Es que muchas veces los padres desconocen o no reconocen el trastorno de sus hijos dándose una total negación por parte de ellos evitando contactar un profesional que lo ayude a manejar la situación.

- Los sentimientos de culpa y depresión salen a flote especialmente en las madres ya que es posible que se cuestiona que hizo mal durante el embarazo que haya podido causar el trastorno
- Frustración y depresión al no poder lidiar con el reto que implica tener un hijo con TDAH dado que los niños con este trastorno necesitan asesoramiento psicológico, psicopedagógico y algunas veces farmacológico y muchas veces algunos padres no cuentan con el recurso económico que es necesario para el trastorno.
- Se manifiesta sentimiento de vergüenza y soledad porque muchas veces sus hijos son rechazados por los familiares, amigos o vecinos lo consideran chicos mal portados o problemáticos (cuando predomina la impulsividad) y vagos e irresponsables (cuando predomina el inatento)
- Se da también un aislamiento social o su vida social se vuelve más pequeña para evitar ser juzgados por los demás
- Muchas veces los matrimonios no logran manejar la situación y se da un alta de separaciones y divorcios porque algunos padres se involucran y otros no, no se da el tiempo de convivencia de pareja afectando la relación
- La disciplina que los padres aplican no lo hacen con objetivos y con cariño más bien se aplica con métodos poco adecuados, hostiles y arbitrario haciendo que la relación de padre e hijos se vea fragmentada de manera negativa agravando el TDAH y provocando posibles problemas conductuales que puede llegar a fracturar todo el sistema familiar.
- Si hay hermanos pueden surgir la envidia, los celos, la baja autoestima y el resentimiento y

es que muchas veces la atención esta exclusivamente en la situación de su hermano y para llamar la atención suelen similar la actitud y comportamiento de su hermano con TDAH. A su vez pueden sentir presión porque tiene que cuidar a sus hermanos lo que muchas veces complica el vínculo entre ellos.

2. Materiales y Métodos

2.1. Procedimiento

El procedimiento realizado en esta investigación lo desglosamos en fases a cumplir:

Fase 1: Decidimos seleccionar este tema por lo que se ha observado en materia de estrés parental. Esta primera fase se consiste más en la interrogante que tenemos como estudiantes de psicología, sobre el impacto del estrés en la salud mental de padres con hijos con TDAH. Nos basamos en buscar información de artículos, publicaciones, documentos que se realizaron antes y nos puedan servir de apoyo a nuestro tema de tal manera de obtener un producto confiable y eficaz.

Fase 2: Elaboración del instrumento: Se elaboró un instrumento o encuesta para medir las variables a estudiar dentro de esta investigación.

Fase3: Tabulación y análisis de resultados: Los resultados de la encuesta aplicada a la población estimada se analizaron.

Fase 4: Conclusiones: A partir de los resultados se realizaron las conclusiones.

Diseño de investigación: el diseño de investigación es no experimental, porque es aquella que se realiza sin manipular deliberadamente variables. Se basa fundamentalmente en la observación de fenómenos tal y como se dan en su contexto natural para analizarlos con posterioridad. En este tipo de investigación no hay condiciones ni estímulos a los cuales se expongan los sujetos del estudio. Los sujetos son observados en su ambiente natural (Hernández Sampier, 2004).

Tipo de estudio: El tipo de estudio de nuestra investigación es descriptivo correlacional por que los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis. Es decir, únicamente pretenden medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables a las que se refieren, esto es, su objetivo no es indicar cómo se relacionan éstas (Hernández Sampieri, 2006).

Es correlacional Este tipo de estudios tiene como finalidad conocer la relación o grado de asociación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables en una muestra o contexto

en particular. Para evaluar el grado de asociación entre dos o más variables, en los estudios correlacionales primero se mide cada una de éstas, y después se cuantifican, analizan y establecen las vinculaciones. Tales correlaciones se sustentan en hipótesis sometidas a prueba. (Hernández Sampieri, 2006).

Población, Sujeto, Muestras Estadísticas

Población y Sujetos: La investigación se realizó en la ciudad en Colón. La selección de la muestra fue predeterminada porque está formada por dos grupos de padres. El primero grupo está formado por padres con hijos sin TDAH y el segundo grupo está formado por padres con hijos con TDAH.

Sujeto: Está conformado por un total de 5 padres siendo 2 padres con hijos sin TDAH y 3 padres con TDAH.

Tipo de muestra estadística: no probabilístico por conveniencia, no probabilístico porque no se utilizarán fórmulas para describir la población, ya que la misma es inferior a 50, y por conveniencia porque es la población que está en el momento de la aplicación.

Utilizamos dos instrumentos:

- **Cuestionario Sociodemográfico:** Que fue diseñado por nosotras las investigadoras exclusivamente para esta investigación con el fin de obtener datos generales de los padres como: edad, género, estado civil, nivel de estudio, escolaridad, estatus laboral y también del niño como su edad, género, nivel escolar y el diagnóstico.
- **Cuestionario Escala de estrés Parental (PSI):** Nos basamos en una escala para padres creada por Richard Abidin en 1990 está compuesta por 36 ítems y 3 escala: la primera indicador de malestar paterno/materno, la segunda interacción Disfuncional Padre-Hijos, la tercera el indicador del niño difícil en donde solo utilizamos 20 ítems y 3 escalas del cuestionario que tiene como objetivo medir el origen y el grado del estrés que puede existir entre padres e hijos. Esta escala está dirigida a padres de niños de 1 mes hasta los 12 años de edad. Es un cuestionario aplicado donde el padre tiene 5 opciones de respuesta las cuales se dividen así: (1) “totalmente de acuerdo” (2) “de acuerdo” (3) “no estoy seguro” (4) “en desacuerdo” (5) “totalmente en desacuerdo”. El puntaje más alto demuestra un estrés significativo.

2.2. Aspecto Éticos

Este trabajo se ha regido en base al Reglamento de Bioética de Investigación de la Universidad

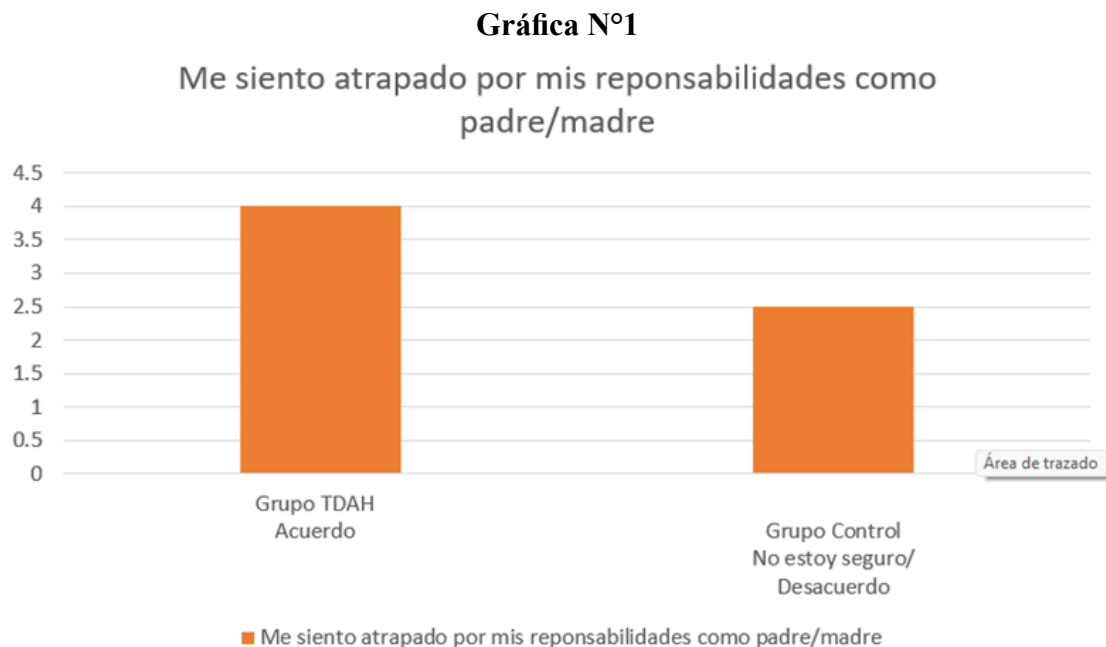
Metropolitana de Educación Ciencia y Tecnología (UMECIT), quien en su artículo 5, menciona que se debe velar por la aplicación de normas éticas en investigación acordes con la dignidad de seres humanos de áreas como la salud especialmente en psicología, según se dispone en códigos nacionales e internacionales, incluye entre sus funciones, identificar y evaluar los riesgos y beneficios de la investigación, así como evaluar la validez de los resultados y la idoneidad del equipo de investigación para que se facilite una información verídica.

También se enfocó en uno de sus objetivos que es salvar guardar la dignidad, seguridad y bienestar de los que participan en la investigación.

Se entregó un consentimiento informado en el cual pedíamos la autorización a las personas del poder llenar la información de la encuesta.

3. Resultados

Mediante el siguiente análisis se presentarán los resultados que obtuvimos de nuestro Cuestionario de Estrés Parental que se le realizó a los padres, mediante graficas que responde a los objetivos establecidos.



Análisis e Interpretación:

Los datos obtenidos reflejan que la madre del grupo de TDAH se sienten más atrapada con sus responsabilidades como madre en comparación con las madres del grupo control. Quedando demostrado que las madres del grupo TDAH manifiesta indicadores de Malestar Materno/ Paterno.

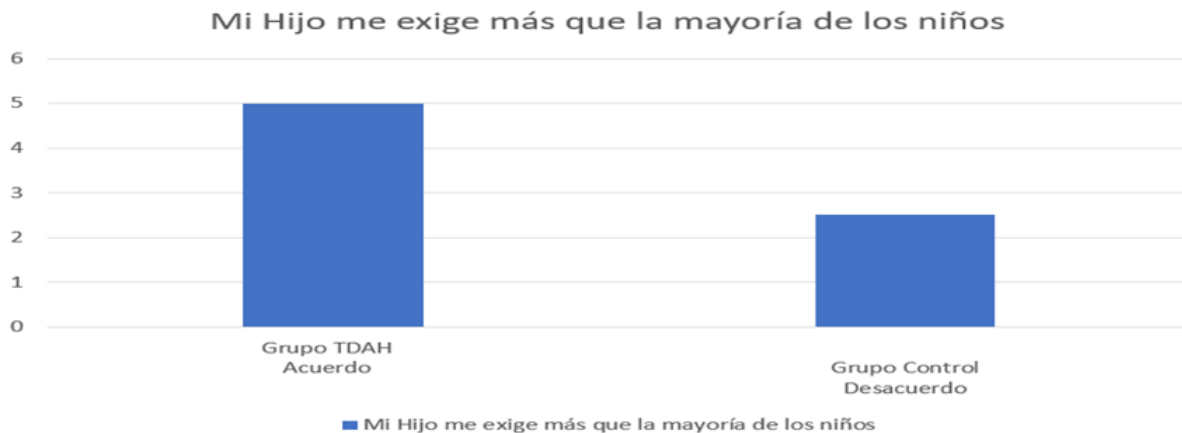
Gráfica N°2



Análisis e Interpretación:

Los datos obtenidos reflejan que la madre del grupo de TDAH están de acuerdo que se sienten que sus esfuerzos son despreciados por sus hijos en comparación con las madres del grupo control que están en desacuerdo. Observando así que las madres del grupo TDAH tiene una interacción disfuncional de padre- hijo.

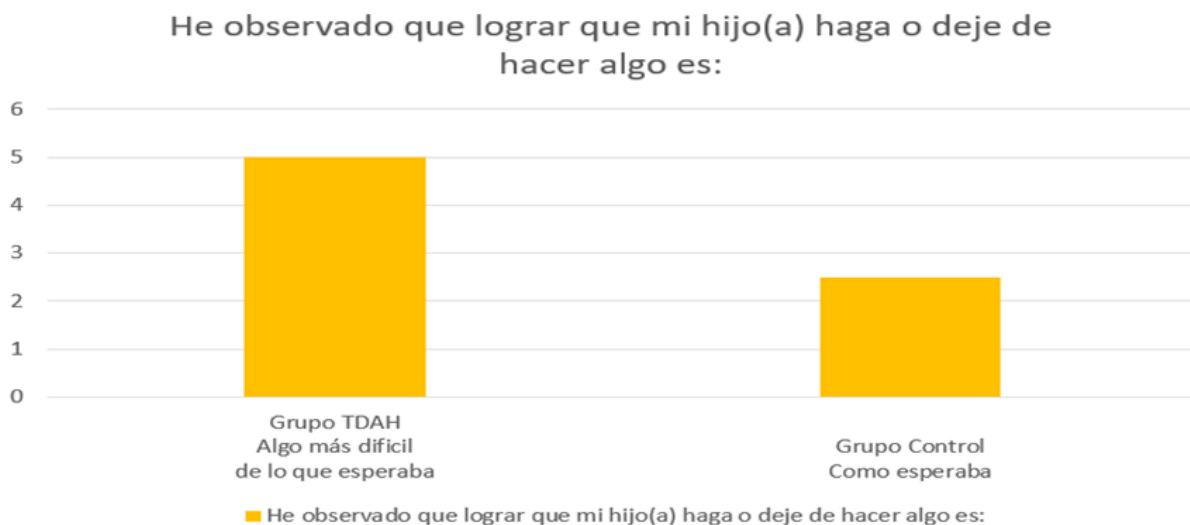
Gráfica N°3



Análisis e Interpretación:

Los datos obtenidos reflejan que la madre del grupo de TDAH están de acuerdo que sus hijos exigen más que la mayoría de los niños mientras que las madres del grupo control que están en desacuerdo con el enunciado. Probando que las madres del grupo TDAH pueden tener dificultad con la conducta de su hijo una interacción disfuncional de padre- hijo.

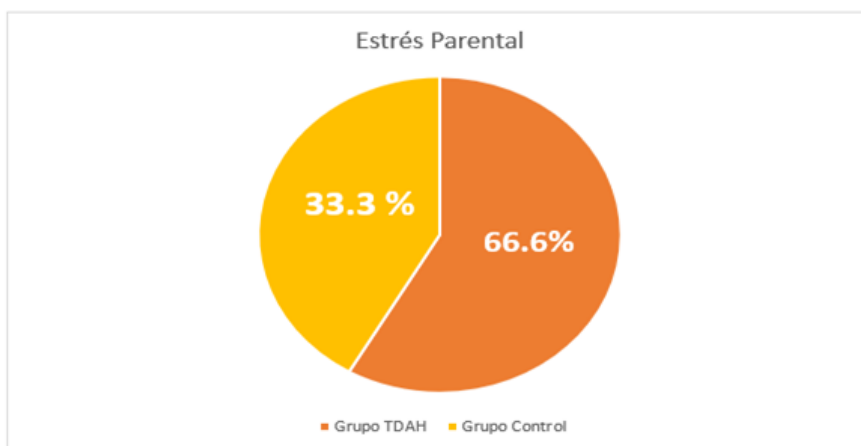
Gráfica N°4



Análisis e Interpretación:

Los datos obtenidos reflejan que la madre del grupo de TDAH están de acuerdo que le es más difícil de lo que esperaban controlar la conducta de sus hijos mientras que las madres del grupo control que están en desacuerdo porque para ella es como lo esperaban. Demostrando que las madres del grupo TDAH manifiesta indicadores de Malestar Materno/ Paterno.

Gráfica N°5



Análisis e Interpretación:

Se refleja que el nivel de estrés es mayor en madres con niños con el trastorno de déficit atencional (TDAH).

4. Conclusiones

Podemos concluir con eficacia la evaluación realizada sobre el impacto en padres con hijos con TDAH, obtener resultados donde estos padres tienen un mayor estrés al su hijo tener este diagnóstico, su vida diaria es más acelerada ya que sus hijos son más exigentes por más que sus padres traten de dar lo mejor.

Cabe mencionar que a pesar de que estas familias sufren un estrés parental debido al diagnóstico, los padres con hijos sin TDHA, suelen a tener estrés parental, aunque sea bajo en comparación con los padres con hijos con TDHA, quiere decir que existen otras problemáticas causantes las que con llevan a este punto, la cual son causantes para más llevar a otras investigaciones.

Recomendaciones

Como conocemos el TDAH, es un trastorno evolutivo, llegando a ser crónico, por lo que un factor fundamental para estos padres es adoptar ante este trastorno una actitud de afrontamiento.

Mantener disciplina asegurando que su hijo tenga las reglas claras utilizar refuerzos positivos reconocerle a su hijo cuando dé su buen comportamiento y de otra forma es darle a conocer las consecuencias que pueden suceder de sus malas acciones.

En tiempos escolares; crear una programación coherente, para levantarse y estar listo a tiempo, Y mencionar que, si su hijo puede llegar a estar irritable, también puede ser causante de los estimulantes. Otra alternativa es que su hijo suelte la energía aquella tensión extra, crear un tiempo libre para él.

Siempre buscar apoyo de familiares, amigos y la ayuda profesionales idóneos.

Como último en los padres sin hijos THDA, ayudar a otros miembros familiares, amigos a reconocer a entender que es el Trastorno de déficit de atención. Y siempre dígame a su hijo o mucho que lo quiere y que lo apoyara incondicionalmente.

Agradecimiento

Agradecemos a Dios por darnos la inspiración, la fortaleza y la sabiduría de poder realizar este artículo

Agradecemos nuestro profesor y guía Raúl Montenegro, por su ayuda y sobre todo por su paciencia, por brindarnos sus conocimientos y sabiduría en todo momento. Por brindarnos la oportunidad de lograr un producto exitoso que nos da un nuevo alcance en el trayecto a nuestras vidas profesional.

También Queremos agradecer a los padres participantes de la encuesta, que desinteresadamente nos apoyaron en este artículo al responder sobre este tema tan importante que es el estrés.

Y la UNIVERSIDAD METROPOLITANA DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA “UMECIT” por tener el privilegio de estudiar en ella y respaldar siempre las actividades investigativas relacionadas a la Psicología

Referencias bibliográficas

- Hernández Sampieri, R. (2004). Investigación no experimental. Ecured.cu. https://www.ecured.cu/Investigaci%C3%B3n_no_experimental
- Hernández Sampieri, R. (2006). Metodología de La Investigación. McGraw-Hill Companies.
- Galicia Castillo, O. R. (2016). Trastorno por déficit de atención e hiperactividad. Editorial El Manual Moderno. <https://elibro.net/es/lc/umecit/titulos/39738>
- American Psychiatric Association. Manual Diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM5), 5 Ed. Madrid: Editorial Medica Panamericana.
- Estrés. (2016, October 4). CuidatePlus. <https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/psicologicas/estres.html>
- Convivir con el TDAH. (n.d.). Tratamiento del trastorno por hiperactividad infantil. Retrieved March 26, 2022, from <https://www.tdahytu.es/vivir-con-tdah/tdah-en-el-dia-a-dia/convivir-con-el-tdah/>