

Burnout parental y capacidades personales-existenciales en contexto de covid 19

RESUMEN

Este estudio se realizó con el objetivo de describir la incidencia de Burnout parental, y su relación con las Capacidades Personales-Existenciales, en contexto de pandemia por COVID 19. Se recurrió a una muestra de 108 padres de ambos sexos, residentes en la Provincia de Mendoza (Argentina), entre 30 y 49 años, con hijos en edad escolar.

Se utilizó una metodología cuantitativa, con diseño no experimental, transversal, de carácter descriptivo. Se tomó un Cuestionario de datos sociodemográficos y dos escalas. Para la evaluación del Burnout Parental, se utilizó la Parental Burnout Assessment (PBA), obteniendo un puntaje global. Se complementó con la Escala Existencial, que evalúa las capacidades de Autodistanciamiento, Autotrascendencia, Libertad y Responsabilidad.

Para el análisis, se utilizaron procedimientos de la estadística descriptiva e inferencial. Se obtuvieron las medias y grados de dispersión para observar los perfiles de los padres. Se aplicaron análisis de varianza multivariantes en relación a Burnout parental y Capacidades Personales-Existenciales, en función las variables: género, edad, horas de trabajo y cantidad de hijos.

Se encontró que la presencia de Burnout parental alcanza un 1,85% de la muestra. Se asocia con una disminución de las Capacidades Personales. Por lo tanto, los recursos más importantes para prevenir el estrés resultaron ser el Autodistanciamiento y la Autotrascendencia.

Palabras Clave: Burnout Parental - Capacidades Personales-Existenciales – Autodistanciamiento – Autotrascendencia

ABSTRACT

This study was done with the aim of describing the incidence of Parental Burnout, and its relationship with Existential Resources, in the context of a COVID 19 pandemic. A sample of 108 parents of both sexes, residents in the Province of Mendoza (Argentina), between 30 and 49 years old was used with school-age children.

A quantitative methodology was used, with a non-experimental, cross-sectional, descriptive design. A sociodemographic data questionnaire and two scales were taken. The Parental Burnout Assessment (PBA) was used, obtaining a global score. It was complemented with the Existence Scale, which assesses the abilities of Self-distance, Self-transcendence, Freedom and Responsibility.

For the analysis, descriptive and inferential statistics procedures were used. The means and degrees of dispersion were obtained to observe the profiles of the parents. Multivariate analysis of variance was applied in relation to Parental Burnout and Personal-Existential Abilities, depending on the variables: gender, age, hours of work and number of children.

It was found that the presence of Parental Burnout reaches 1,85% of the sample. It is associated with a decrease in Personal Abilities. Therefore, the most important resources to prevent stress turned out to be Self-distancing and Self-transcendence.

Keywords: Parental Burnout – Personal-Existential Abilities – Self-distance – Self-transcendence

a. INTRODUCCIÓN

Este trabajo se orienta a describir la incidencia de Burnout parental y su relación con las dimensiones de la Escala Existencial (Autodistanciamiento, Autotrascendencia, Libertad y Responsabilidad), en una muestra de padres y madres residentes en la Provincia de Mendoza (Argentina), cuyos hijos cursan la escuela primaria.

Su interés radica en el estudio de los efectos de la situación sanitaria global, pero especialmente en lo relacionado a las consecuencias del vínculo entre padres o madres y sus hijos. Entre estas consecuencias frente a situaciones de crisis surge el Burnout.

Desde que en la década del '70 se comenzara a hablar del Síndrome de Burnout en el ambiente científico, se han hecho numerosos estudios, especialmente en el ámbito organizacional y en relación a diferentes profesiones. Pero un vínculo no laboral que también implica una elevada demanda de necesidades es la relación paterno filial o materno filial. Por eso, se entiende que involucra mayores dificultades, ya que no se puede disolver de un momento a otro o por el solo desgaste de la relación.

El Burnout parental aparece como un nuevo ámbito, con características propias que lo hacen un fenómeno de estudio relevante.

A esto se agrega la situación sanitaria mundial de pandemia por COVID 19, con sus particularidades de: aislamiento, distanciamiento y educación a distancia.

El tema resulta de especial interés en el ámbito clínico y educativo, ya que puede brindar algunas contribuciones sobre sus causas, consecuencias y formas de prevención.

Desde el Análisis Existencial y la Logoterapia, se propone investigar cuál es la relación entre el síndrome de Burnout y las Capacidades de la Escala Existencial: Autodistanciamiento, Autotrascendencia, Libertad y Responsabilidad.

b. **DESARROLLO**

1. **Estado del arte**

Síndrome de Burnout

El Síndrome de Burnout ha sido muy estudiado por la comunidad científica desde hace décadas (Martínez Pérez, 2010; Olivares Faúndez, 2017). En sus orígenes, describía las reacciones adversas que se producían en el trabajo social de voluntarios.

La conceptualización más difundida es probablemente la de Maslach y Jackson como constructo tridimensional. De acuerdo con ellas, **Burnout** es un “síndrome caracterizado por agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal en el trabajo, que puede ocurrir entre individuos cuyas tareas diarias se circunscriben al servicio de personas” (Maslach & Jackson, 1981, p. 1).

Desde el **Análisis Existencial**, el Burnout se entiende como el costo resultante de llevar una vida alienada y distanciada de la verdadera existencia. Se enmarca como un signo de la época, caracterizada por el consumismo, la enajenación, las constantes demandas del medio y la orientación hacia el rendimiento.

Alfried Längle (2006, p. 9) define el **Burnout** como un “estado duradero de agotamiento debido al trabajo”, circunscribiendo la problemática al ámbito laboral específicamente y abarcando las dimensiones biológica, psíquica y noética. Los síntomas del Burnout son muy similares al sentimiento de vacío y a la falta de sentido.

Se explica como “un déficit en el sentido existencial”. (Längle, 2006, p. 11), es decir, como un estado en el que la persona pierde la sensación de plenitud y de realización interior. En lugar de vivenciar las experiencias como valores, se siente obligada a la acción como algo que viene impuesto, desde afuera. Como resultado, falta el consentimiento interno, produciendo una sensación de agotamiento, sacrificio y obligación e imposibilitando el disfrute de la actividad elegida.

Burnout parental

Podría decirse que el Burnout parental es un fenómeno relativamente nuevo, ya que el interés por él surgió con fuerza recién en la década de 2000, especialmente en Europa (Roskam *et al.*, 2017).

El **Burnout parental** es entendido como un “estado de agotamiento intenso relacionado con el rol de los padres, en que uno se distancia emocionalmente de sus hijos y duda de su capacidad de ser un buen padre” (Mikolajczak *et al.*, 2018, p. 3).

Los especialistas estiman que hay alrededor de un 5% de la población que presenta Burnout parental en países europeos y anglosajones (Roskam *et al.*, 2018). Pero este porcentaje puede variar entre un 1% y un 30%, según las diferentes culturas (International Investigation of Parental Burnout Consortium, en prensa).

Pandemia por COVID-19

Otro fenómeno más reciente aún, que atrajo el interés de la prensa y de los investigadores es el de la pandemia por COVID-19.

En diciembre de 2019, en China, se inició un brote de Coronavirus, bajo la forma de cuadros respiratorios. Desde allí, fue extendiéndose rápidamente, hasta alcanzar el nivel de Pandemia en marzo de 2020.

En esa misma época, se detectó el primer caso de Coronavirus en Argentina, lo que obligó a establecer el “Aislamiento Social, Preventivo y Obligatorio” (ASPO), que

se fue renovando hasta enero de 2021. El ASPO supone que todas las personas deben permanecer en sus domicilios habituales, debiendo desplazarse lo menos posible y haciéndolo sólo para la adquisición de artículos de primera necesidad.

Paralelamente, en el ámbito educativo, se dispuso la suspensión del dictado de clases presenciales en todos los niveles dentro del territorio argentino. En Mendoza, se respetaron las medidas nacionales, pero se dispuso la continuidad del servicio educativo de manera virtual.

Esta medida fue acompañada por otras, que permitían la realización de las actividades laborales de manera remota para los padres con hijos en edad escolar. En muchos casos, la aplicación de esta dispensa significó una superposición de las tareas laborales del padre o madre, con las tareas escolares de sus hijos. Esta situación afectó la organización familiar: los espacios, los horarios, la distribución de roles y responsabilidades.

A partir de junio de 2020, se estableció un nuevo marco normativo, con el “Distanciamiento Social, Preventivo y Obligatorio” (o DISPO) para aquellas zonas que no presentaban transmisión comunitaria del virus. Entre esos lugares con DISPO se encontraba la Provincia de Mendoza. El DISPO habilitaba la realización de mayor cantidad de actividades, aunque con ciertas restricciones de espacio y de cantidad de personas. Sin embargo, las escuelas permanecieron cerradas durante todo el ciclo lectivo, es decir, hasta febrero de 2020.

Impacto de la pandemia en la salud mental

Algunos estudios llevados a cabo anteriormente en el marco de pandemias y tragedias humanas han confirmado un alto impacto en la salud mental, con la posibilidad de aumento de trastornos psicológicos como consecuencia del estrés. Incluso, prevén efectos a largo plazo, como el incremento de trastornos depresivos y trastornos por estrés postraumático (Alomo *et al.*, 2020).

La pandemia y la cuarentena han actuado como estresores, potenciando las condiciones psicológicas preexistentes y agudizando los trastornos depresivos, ansiosos y por estrés postraumático (Tonello, 2020).

El estudio llevado a cabo por la Universidad Siglo 21 (Endeavor Argentina, 2020) reveló un aumento del 5% del agotamiento por Burnout laboral del año pasado a éste. También aumentó la tendencia a la depresión y ansiedad. Entre las problemáticas relevadas se destacan el conflicto familia-trabajo, pertenencia, desinterés y desconexión. El estudio revela que el principal factor psicosocial que genera estrés crónico es el conflicto familia-trabajo, es decir, la tensión que se genera al intentar cubrir simultáneamente las demandas del trabajo y la familia.

El Coronavirus y la cuarentena tan prolongada como medida preventiva han causado fuerte impacto entre las familias. De acuerdo con la Encuesta efectuada en Argentina por UNICEF (2020), se generaron cambios en los hábitos y rutinas. El cierre de las escuelas para actividades presenciales también afectó la vida de niños y adolescentes. Las mujeres especialmente, se vieron sobrecargadas, al tener que cumplir las tareas domésticas y laborales, con el agregado de sostener la escolaridad desde la casa.

Capacidades Personales-Existenciales

A partir del rastreo bibliográfico sobre Burnout parental, se encuentra que hay escasas investigaciones publicadas en español. Y directamente no existe ninguna que lo relacione con la Escala Existencial diseñada por Längle *et al.* (2003).

Längle (2008) plantea que el Sentido existencial resulta de una ecuación entre dos variables: por un lado, las condiciones o posibilidades de la situación concreta; y por otro, los recursos, capacidades, propiedades y habilidades de la persona para hacer frente a esta situación. Estos recursos son: el Autodistanciamiento, la Autotrascendencia, la Libertad y la Responsabilidad, los cuales ya habían sido descritos previamente por Viktor Frankl.

Para explicar cada uno de estos conceptos, se sigue a Gottfried (2019, pp. 11 – 14).

El **Autodistanciamiento** es “la capacidad para la organización del espacio interior. Se manifiesta en la posibilidad de conquistar la distancia de sí mismo, de los deseos, representaciones, temores, motivos, lo que permite la libre captación del mundo, aún en situaciones desfavorables”.

La **Autotrascendencia** consiste en “la capacidad de percibir (sensibilizarse frente a) los valores, lo que se pone de manifiesto en la claridad de los sentimientos. Implica, por un lado, la aceptación del prójimo, y por el otro, a partir de esta aceptación, el compromiso (sentir y compartir). Así evaluada como capacidad de resonancia afectiva y captación de los valores, la Autotrascendencia es condición previa para el compromiso con el mundo”.

La **Libertad** se refiere a “la capacidad de decisión que tiene la persona al encontrarse ante una posibilidad real de acción, acorde con una jerarquía valorativa. La capacidad de decisión es evaluada en relación a las posibilidades actuales de elección y teniendo en cuenta las diversas alternativas posibles. Cuando en repetidas ocasiones ha logrado elegir sin mayores problemas, surge el sentimiento de ser libre.”

Se entiende por **Responsabilidad** la “disposición para comprometerse a partir de una decisión libre y siendo consciente de la obligación, como así también de las tareas y valores que dicha decisión implica. El ser consiente supone tener en cuenta las consecuencias de los actos que, según haya sido la respuesta, redundarán en un sentimiento de seguridad.”

2. Objetivos y Preguntas directrices

Esta investigación plantea un objetivo general y otros objetivos específicos, que se describen a continuación.

Objetivo general:

Describir la incidencia de Burnout parental según los criterios de género, edad, cantidad de horas de trabajo por día y cantidad de hijos, y su relación con las Capacidades Personales-Existenciales, en una muestra de padres y madres, en contexto de COVID-19.

Objetivos específicos:

1. Evaluar la presencia de Burnout parental en padres cuyos hijos cursan la escuela primaria y/o secundaria.
2. Evaluar el desarrollo de las Capacidades Personales-Existenciales (Autodistanciamiento, Autotrascendencia, Libertad y Responsabilidad) y establecer diferencias significativas según los criterios de género, edad, cantidad de horas de trabajo por día y cantidad de hijos que integran la familia.
3. Identificar cómo afecta el desarrollo de las Capacidades Personales-Existenciales en el riesgo de padecer Burnout parental.
4. Determinar el grado de relación existente entre Burnout parental y Capacidades Personales-Existenciales y cuánto influye el Burnout en cada una de estas capacidades.
5. Determinar el grado de relación existente entre Capacidades Personales-Existenciales y Burnout parental, y cuánto influye el logro de estas capacidades en el desarrollo de Burnout, según el género de los padres.

Preguntas directrices

A fin de conducir las líneas de investigación, se plantean estos interrogantes:

1. ¿Existe Burnout en los padres que durante la pandemia acompañaron a sus hijos en la escolaridad primaria o secundaria durante el ciclo lectivo 2020?
2. ¿Cuáles son las Capacidades Personales-Existenciales más afectadas con la presencia de Burnout?

3. ¿Existen diferencias significativas en las Capacidades Personales-Existenciales en relación al género, la edad, la cantidad de horas de trabajo por día y la cantidad de hijos que integran la familia?
4. ¿De qué manera afecta el desarrollo de las capacidades Personales-Existenciales en el riesgo de padecer Burnout parental?
5. ¿Cuánto influye la presencia de Burnout en el desarrollo cada una de las Capacidades Personales-Existenciales?
6. ¿Cuánto influye el logro de las Capacidades Personales-Existenciales en el desarrollo del Burnout?

3. Procedimiento y metodología

Siguiendo a León y Montero (2007), se realizó una investigación empírica con metodología cuantitativa, de manera transversal (Montero y León, 2007). Se trata de un estudio ex post facto, retrospectivo con un grupo y múltiples medidas.

La muestra a la que se aplicaron los instrumentos es intencional no probabilística. Consiste en un grupo de padres, que tienen al menos un hijo que asiste a la escuela primaria o secundaria. El corpus de datos total está conformado por 108 padres entre 30 y 49 años. Se seleccionaron contextos que reúnen poblaciones medianamente homogéneas y dentro de una franja de uniformidad definida por padres y madres, que pertenecen a una condición sociocultural media y que habitan dentro del Gran Mendoza, Argentina.

En primer lugar, las personas fueron informadas de la finalidad de la investigación. En segundo lugar, debieron dar su consentimiento informado en forma digital. Y finalmente, durante el mes de febrero de 2021, se les brindaron los instrumentos en forma digitalizada, vía Whatsapp o correo electrónico.

Se emplearon tres instrumentos de evaluación:

-*Cuestionario de datos sociodemográficos*, a través de un formulario online.

-*Parental Burnout Assessment (PBA)*. Consiste en un cuestionario formado por 23 afirmaciones. Presenta un formato tipo Likert de 7 opciones. Mide 4 subescalas: agotamiento, contraste con el yo parental anterior, saturación del rol y distanciamiento emocional. En base a estos datos, se puede obtener un promedio de función parental. (Mikolajczak, Gross, Stinglhamber, Norberg & Roskam, 2018).

-*Escala Existencial (EE)*: El instrumento utilizado en este trabajo es la Escala Existencial (versión 2014) que fue adaptada para Argentina por Gottfried (2019) bajo la supervisión de Längle. Mide las competencias personales para la existencia, a partir de la capacidad del individuo para enfrentarse de manera significativa consigo mismo y con el mundo (Längle *et al.*, 2003). Bajo la forma de cuestionario con 46 ítems, consta de una escala tipo Likert con 6 opciones de respuesta. Está estructurada en 4 subescalas: Autodistanciamiento (AD), Autotrascendencia (AT), Libertad (L) y Responsabilidad (R). Permite una evaluación tanto cuantitativa como cualitativa.

Luego de la toma de datos, se clasificó a los participantes según la información proporcionada, mediante tablas descriptivas. Se evaluaron los instrumentos psicométricos y se buscaron las relaciones entre los mismos. Se utilizó la triangulación de información.

Para describir y evaluar Burnout y las Capacidades Personales-Existenciales, se obtuvieron las medias y sus respectivos grados de dispersión o variabilidad para observar los perfiles de los padres. Y se aplicaron análisis de varianza multivariantes (MANOVA) en relación a la variable Burnout y las Capacidades Personales-Existenciales (Autodistanciamiento, Autotrascendencia, Libertad y Responsabilidad). También se aplicó un análisis de varianza multivariantes (MANOVA) en las variables género, edad, cantidad de horas de trabajo por día y cantidad de hijos que integran la familia.

Se utilizaron procedimientos de la estadística descriptiva e inferencial. El nivel de significación establecido fue de $p \leq 0,05$. Los datos fueron analizados mediante el programa *Statistical Package for the Social Science* - Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales - (SPSS, versión 19.0, 2010).

4. Lugar de aplicación

La toma de datos para la investigación se efectuó de manera digital, en una muestra de madres y padres, residentes en la Provincia de Mendoza, Argentina. Se realizó como parte de la Tesina de Licenciatura en Psicología de la Universidad del Aconcagua, bajo la dirección del Dr. Andrés Gottfried.

5. Resultados

Cuestionario de datos sociodemográficos

Se presentan los resultados obtenidos, mediante tablas y gráficos descriptivos, con especificaciones de frecuencias y porcentajes.

En cuanto al *género*, los participantes masculinos fueron 15 y constituyeron el 14% de la muestra, y las personas de género femenino fueron 93, constituyendo el 86% (Figura 1).

Tabla 1: Distribución de frecuencias y porcentajes de la muestra según *Género*.

Género	Frecuencia	Porcentaje
Masculino	15	14%
Femenino	93	86%
Total	108	100%

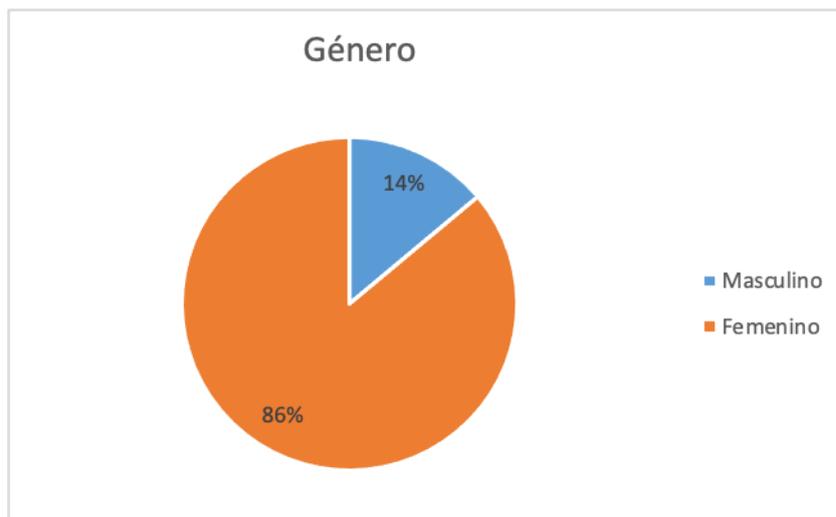


Figura 1: Porcentajes de la muestra según *Género*.

Con respecto a las *edades* de los padres, 23 personas tienen entre 30 y 39 años, lo que representa un 21%, y 85 sujetos tienen entre 40 y 49 años, constituyendo un 79%.

Tabla 2: Distribución de frecuencias y porcentajes de la muestra según *Edad*.

Edades	Frecuencia	Porcentaje
25 a 29 años	0	0%
30 a 39 años	23	21%
40 a 49 años	85	79%
Total	108	100%

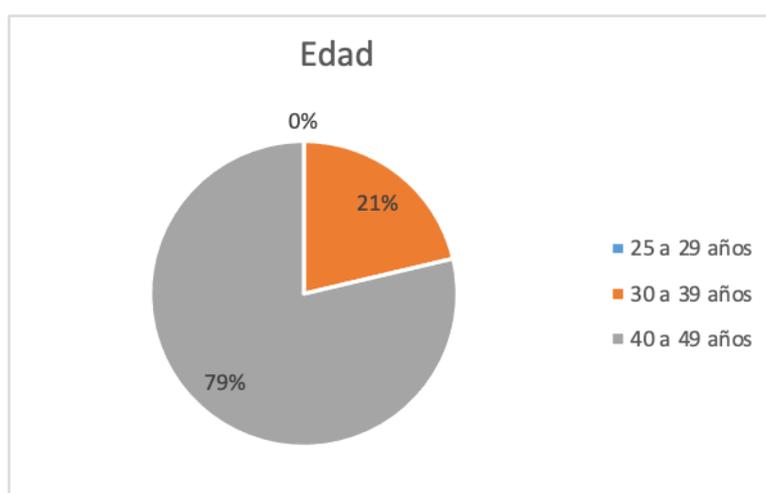


Figura 2: Porcentajes de la muestra según *Edad*.

En relación a la *ocupación de los padres*, la misma fue informada de manera libre por los participantes. Luego, se agruparon las ocupaciones por categorías.

Tabla 3: Distribución de frecuencias y porcentajes de la muestra según la Ocupación de los padres.

Ocupación	Frecuencia	Porcentaje
Administrativo	11	10%
Ama de casa	8	7%
Comerciante	12	11%
Desempleado	1	1%
Docente	24	22%
Empleado	14	13%
Gerente de empresa	2	2%
Independiente	10	9%
Profesional de la Salud	14	13%
Profesional de la Tecnología y Comunicación	4	4%
Profesional del Derecho y Administración	8	7%
Total	108	100%

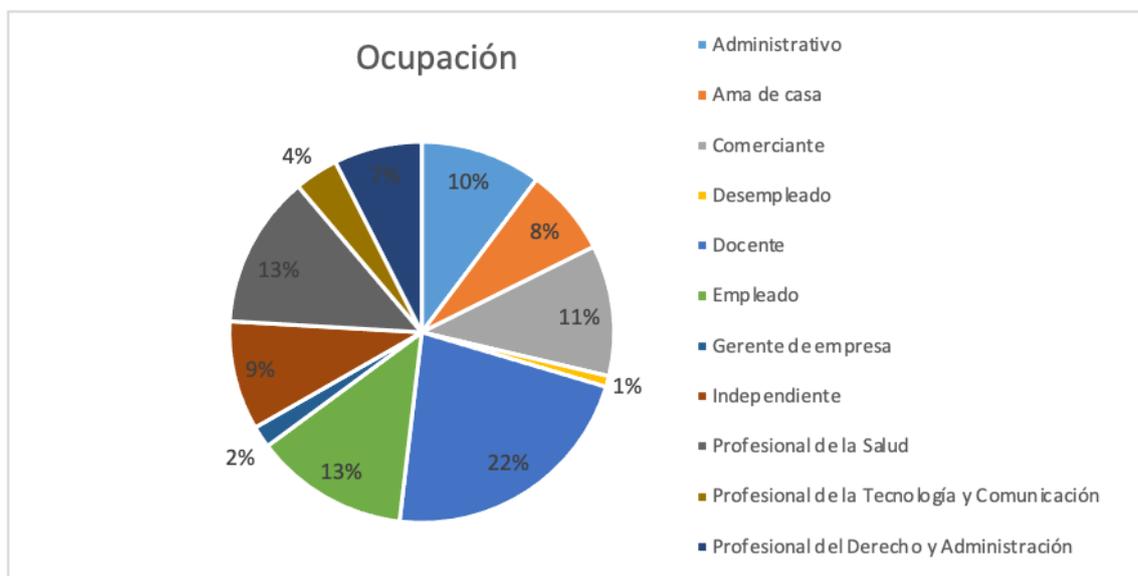


Figura 3: Porcentajes de la muestra según Ocupación de los padres.

En relación a la *cantidad de horas de trabajo diario de los padres*, se observó que 4 de ellos no trabajan, lo que representa un 4%; 7 personas trabajan menos de 4

horas, constituyendo un 6%; 54 padres trabajan entre 4 y 8 horas diarias, lo que significa un 50%; 34 padres trabajan entre 8 y 12 horas, representando un 31%; y finalmente, 9 personas trabajan más de 12 horas por día, lo que constituye un 8%.

Tabla 4: Distribución de frecuencias y porcentajes de la muestra según Horas de trabajo diario de los padres.

Horas de trabajo diario	Frecuencia	Porcentaje
No trabaja	4	4%
Menos de 4 horas	7	6%
Más de 4 y hasta 8 horas	54	50%
Más de 8 y hasta 12 horas	34	31%
Más de 12 horas	9	8%
Total	108	100%

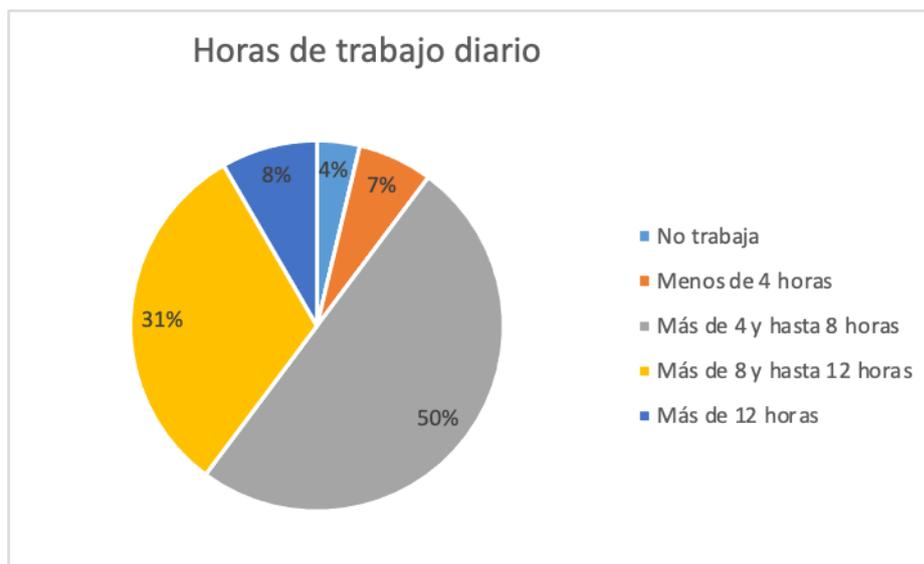


Figura 4: Porcentajes de la muestra según Horas de trabajo diario de los padres.

Tabla 5: Distribución de frecuencias y porcentajes de la muestra según Número de hijos.

Número de hijos	Frecuencia	Porcentaje
------------------------	-------------------	-------------------

Uno	17	16%
Dos	60	56%
Tres	25	23%
Cuatro	6	6%
Total	108	100%

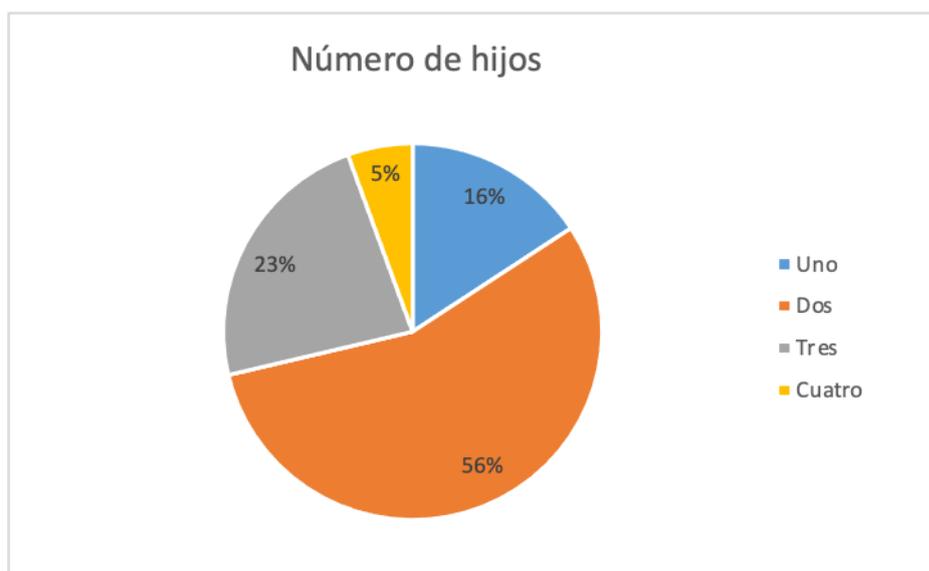


Figura 5: Porcentajes de la muestra según Número de hijos.

Tabla 6: Distribución de frecuencias y porcentajes de la muestra según el Nivel escolar de los hijos.

Nivel escolar de los hijos *	Frecuencia	Porcentaje
No estudia	3	3%
Primario	96	89%
Secundario	40	37%
Terciario o Universitario	15	14%
Total	154	143%

*La sumatoria no es igual a 100%, debido a que los entrevistados pudieron responder más de una opción.

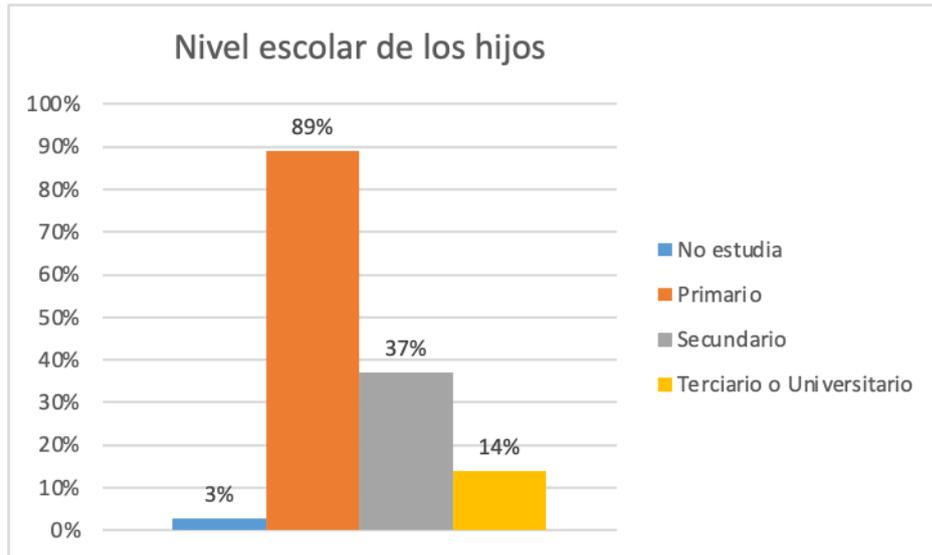


Figura 6: Porcentajes de la muestra según el Nivel escolar de los hijos.

Tabla 7: Distribución de frecuencias y porcentajes de la muestra según la Ayuda con las tareas escolares de los hijos.

Ayuda con las tareas escolares de los hijos	Frecuencia	Porcentaje
Ayudó	102	94%
No ayudó	6	6%
Total	108	100%



Figura 7: Porcentajes de la muestra según la Ayuda con las tareas escolares de los hijos.

Tabla 8: Distribución de frecuencias y porcentajes de la muestra según la Motivación para brindar ayuda escolar a los hijos.

Motivación para la ayuda escolar a los hijos	Frecuencia	Porcentaje
Motivado/a	75	69%
No motivado/a	33	31%
Total	108	100%

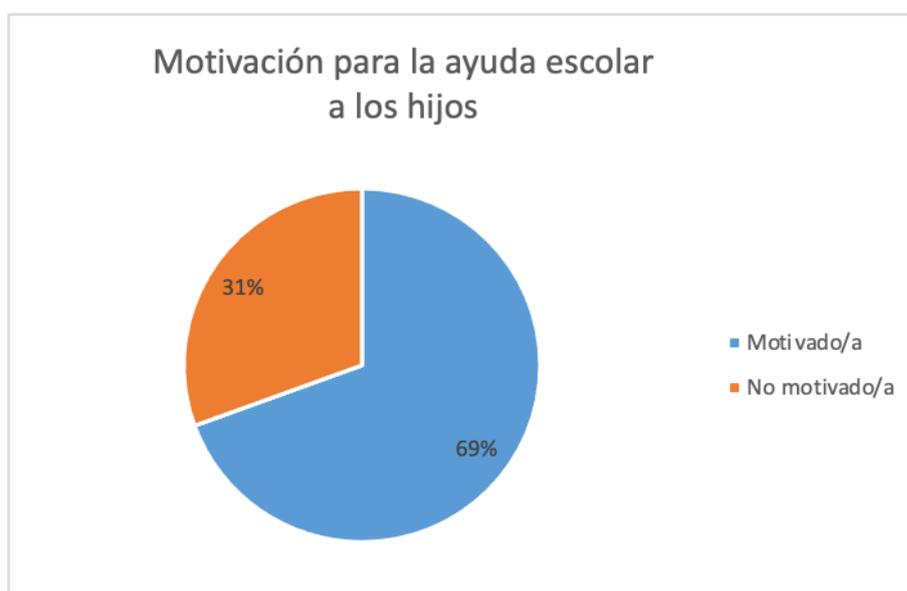


Figura 8: Porcentajes de la muestra según la Motivación para brindar ayuda escolar a los hijos.

Evaluación de Burnout Parental (PBA)

A partir de las puntuaciones de los participantes, se obtuvo una $M = 18.73$, dentro de un puntaje mínimo de 0 (cero), y de un puntaje máximo alcanzado de 126.

No fue posible realizar un análisis cuantitativo de los resultados obtenidos en la PBA, dado que solamente 2 personas obtuvieron presencia de Burnout parental.

A continuación, se presenta la distribución de frecuencias y porcentajes, según los resultados obtenidos en la *Evaluación de Burnout Parental (PBA)*.

Tabla 9: Distribución de frecuencias y porcentajes de la muestra según la presencia o ausencia de *Burnout parental*.

Evaluación de Burnout parental	Frecuencia	Porcentaje
Con Burnout parental	2	1.85%
Sin Burnout parental	106	98%
Total	108	100%

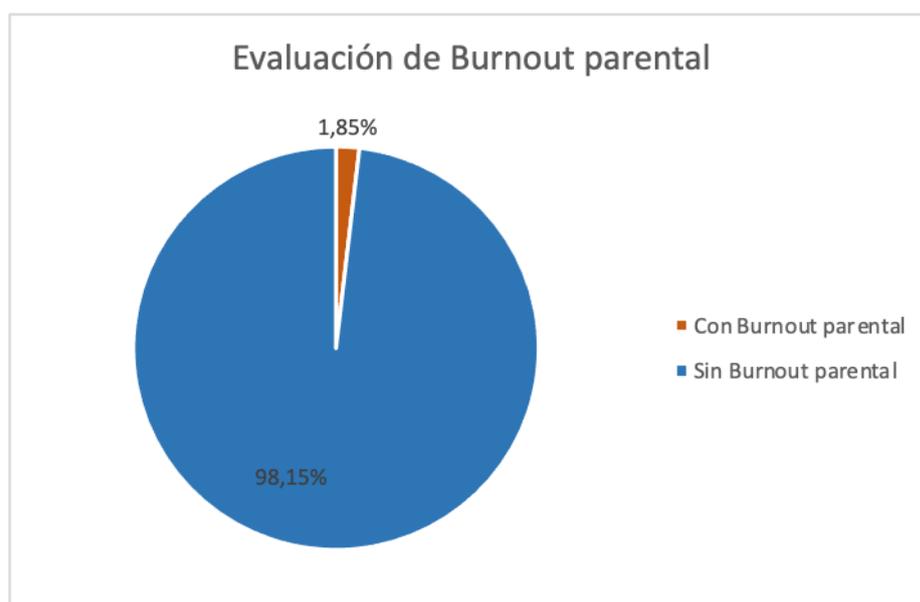


Figura 9: Porcentajes de la muestra según la presencia o ausencia de *Burnout parental*.

Por este motivo, se procedió a un análisis cualitativo de las personas con los 10 puntajes más altos y más bajos en la Evaluación de Burnout Parental (PBA) y se analizaron sus correspondientes Recursos Existenciales en las dimensiones de la Escala Existencial.

A continuación, se exponen los resultados cualitativos de los 10 puntajes más altos de la PBA, con respecto a los puntajes obtenidos en la EE:

Tabla 10: Distribución de frecuencias de los 10 puntajes más altos de la muestra en la PBA, según las puntuaciones de la EE.

Puntuaciones altas en la PBA	Muy Baja	Baja	Intermedia	Alta	Muy Alta	Total
Autodistanciamiento	3	1	4	1	1	10
Autotrascendencia	1	3	4	2	0	10
Libertad	2	2	6	0	0	10
Responsabilidad	2	4	4	0	0	10

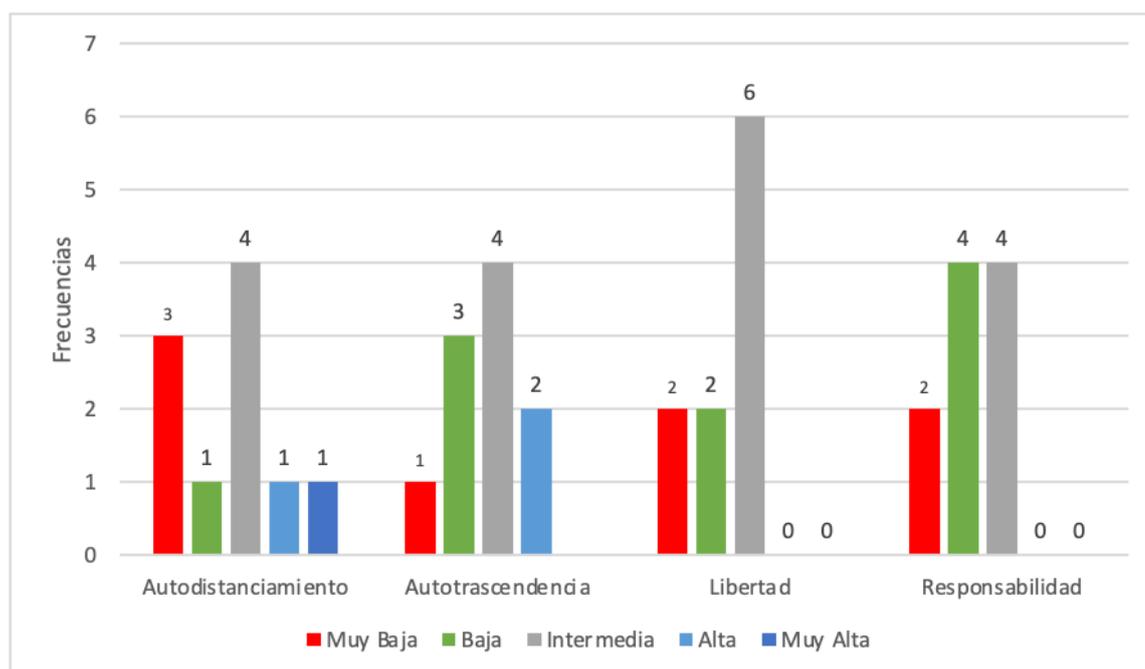


Figura 10: Frecuencias de los 10 puntajes más altos de la muestra en la PBA, según las puntuaciones de la EE.

Seguidamente, se presentan los resultados cualitativos de los 10 puntajes más bajos de la PBA, con respecto a los puntajes obtenidos en la EE:

Tabla 11: Distribución de frecuencias de los 10 puntajes más bajos de la muestra en la PBA, según las puntuaciones de la EE.

Puntuaciones bajas en la PBA	Muy Baja	Baja	Intermedia	Alta	Muy Alta	Total
Autodistanciamiento	1	1	2	1	5	10
Autotrascendencia	1	0	2	3	4	10
Libertad	1	0	2	4	3	10
Responsabilidad	1	0	3	0	6	10

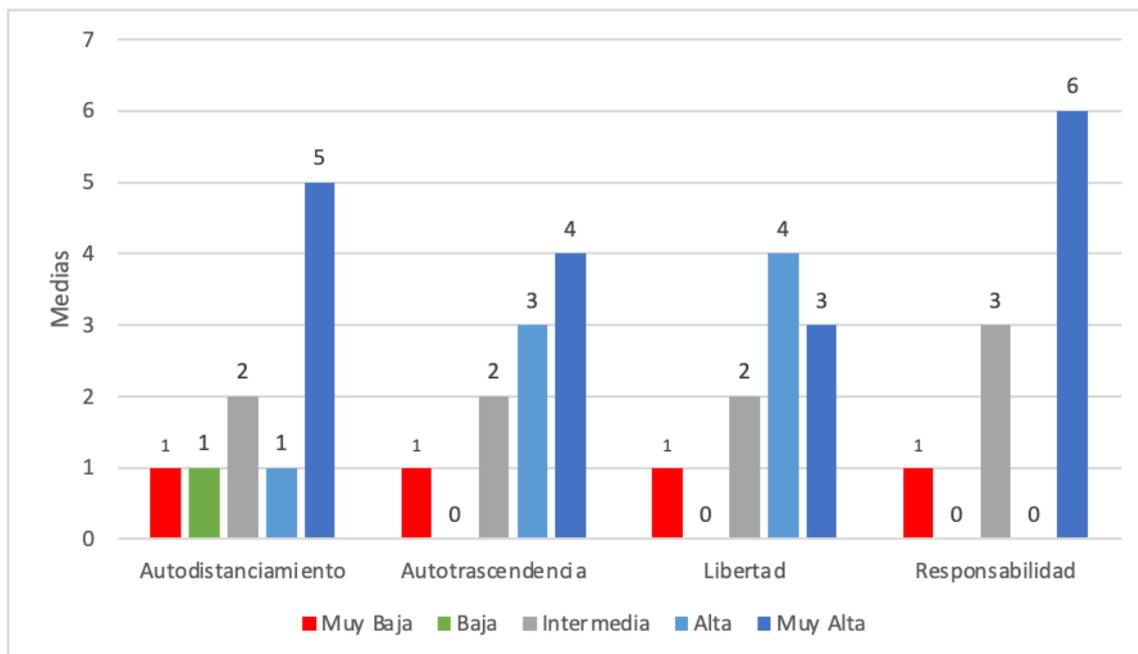


Figura 11: Frecuencias de los 10 puntajes más bajos de la muestra en la PBA, según las puntuaciones de la EE.

Escala Existencial (EE)

El instrumento fue aplicado a una muestra de 108 padres y madres de 30 a 49 años, con una $M = 43.42$ y con una $DE = 5.38$.

-Género

El análisis de la Escala Existencial en relación a la variable *género* indica los resultados siguientes:

Tabla 12

MANOVA. Diferencias de medias, desviaciones estándar y F univariados de las subescalas de la EE según género

Subescalas	Género				F	p
	Masculino (n = 15)		Femenino (n = 93)			
	M	DE	M	DE		
Autodistanciamiento	39.02(4)	8.43	38.72 (4)	8.67	1.23	.21
Autotrascendencia	46.21 (1)	6.47	47.61 (1)	7.65	7.39	.002**
Libertad	44.57 (2)	8.40	43.12 (2)	8.52	6.05	.006**

Responsabilidad	38.93 (3)	7.93	39.54 (3)	8.04	3.03	.15
Entre paréntesis se pone el rango de los promedios						n = 108
* $p \leq .05$ ** $p \leq .01$						

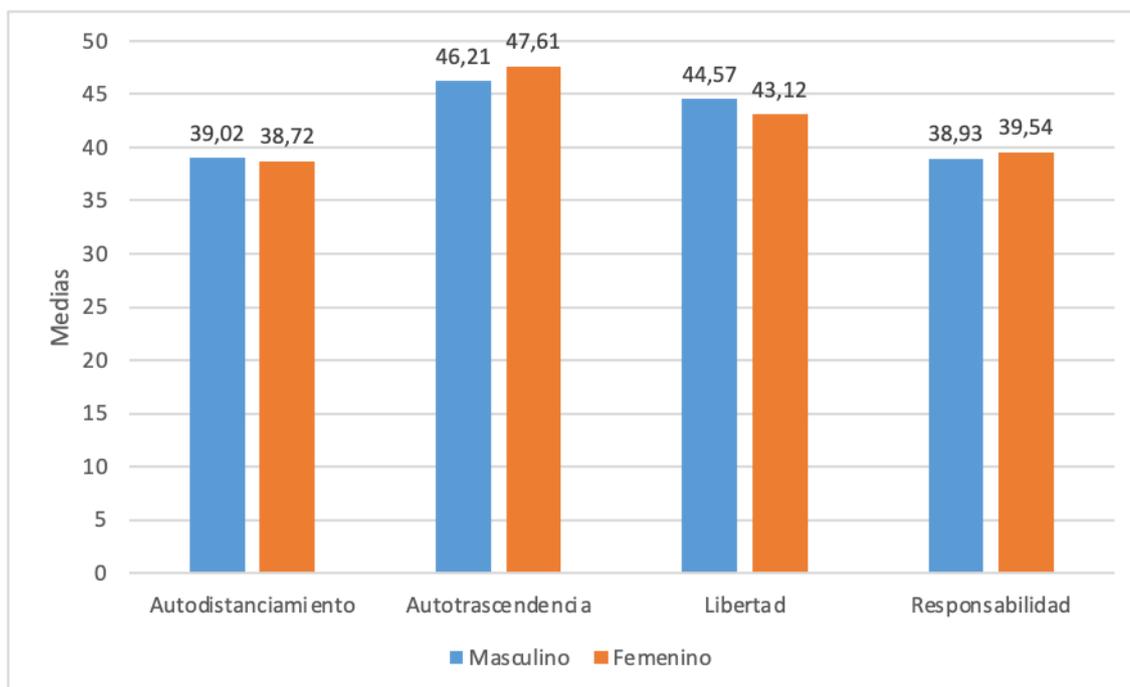


Figura 12. Perfiles de las medias de las subescalas de la EE según género.

Las mujeres presentan puntajes más altos con respecto a los hombres, en Autotrascendencia y Responsabilidad (Figura 12).

En el estudio comparativo de los contrastes multivariados, se observan diferencias significativas en función del género ($F_{(4,899)}$ de Hotelling = 2.41; $p = .04$). Específicamente se presenta una diferencia estadísticamente significativa con respecto a la subescala Autotrascendencia (AD) ($F_{(1, 902)} = 7.39$; $p = .002$), en la cual las mujeres ($M = 47.61$) tienen mayores puntajes que los hombres ($M = 46.21$). En la subescala Libertad (L) ($F_{(1, 902)} = 6.05$; $p = .006$) se observan diferencias significativas, con puntajes mayores obtenidos por los hombres ($M = 44.57$) en comparación con las mujeres ($M = 43.12$). En las dos subescalas restantes no se aprecian diferencias significativas.

-Edad

El análisis de Escala Existencial en relación a la variable *edad* indica los resultados siguientes:

Tabla 13

MANOVA. Diferencias de medias, desviaciones estándar y F univariados de las capacidades personales y existenciales según edad

Subescalas	Edades				F	p
	30-39 años (n = 23)		40-49 años (n = 85)			
	M	DE	M	DE		
Autodistanciamiento	38.21 (4)	9.16	38.64 (4)	9.67	.57	.56
Autotranscendencia	48.03 (1)	6.71	49.73 (1)	7.10	4.48	.01**
Libertad	42.25 (2)	8.48	43.43 (2)	8.98	.86	.46
Responsabilidad	38.43 (3)	8.06	39.47 (3)	8.48	.84	.44

Entre paréntesis se pone el rango de los promedios
= 108

* $p \leq .05$ ** $p \leq .01$

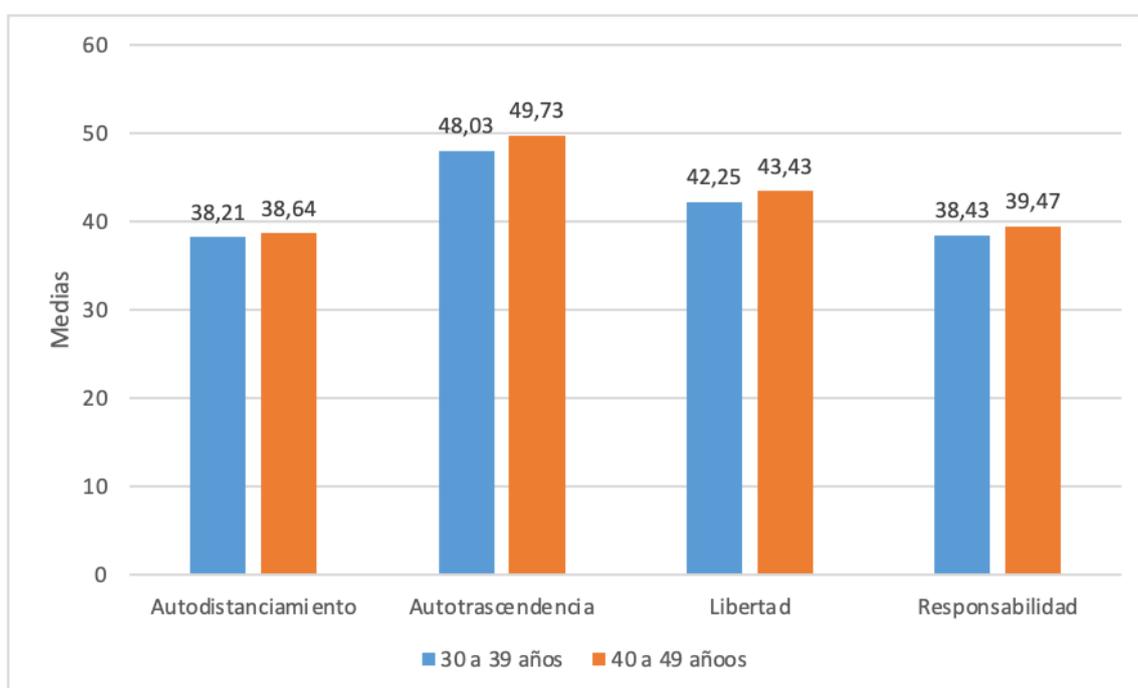


Figura 13. Perfiles de las medias de las subescalas de la EE según edades.

Los padres de 40 a 49 años presentan puntajes más altos que los padres de 30 a 39 años, en las cuatro Capacidades Personales-Existenciales (Figura 13).

En el estudio comparativo de los contrastes multivariados, se obtuvo una diferencia significativa con respecto a la variable edad ($F(8, 1796)$ de Hotelling = 1.96; $p = .04$). Analizando los F univariados se encuentra una diferencia

significativa en Autotrascendencia (AD) ($F(2, 901) = 4.48; p = .01$). En la prueba *post hoc* de Scheffé, se observa que esta diferencia está dada entre ambos grupos.

En las demás subescalas Autodistanciamiento (AD), Libertad (L) y Responsabilidad (R) no se observan diferencias significativas entre los grupos etarios.

-Horas de trabajo

El análisis de la Escala Existencial, en relación a la variable *horas de trabajo*, indica los resultados siguientes:

Tabla 14
MANOVA. Diferencias de medias, desviaciones estándar y F univariados de las subescalas de la EE según horas de trabajo

Subescalas	Horas de trabajo						F	P
	Menos de 4 (n = 11)		Entre 4 y 8 (n = 54)		Más de 8 (n = 43)			
	M	DE	M	DE	M	DE		
Autodistanciamiento	39.45 (4)	9.52	38.56(4)	9.06	36.34 (4)	8.78	.55	.001**
Autotrascendencia	48.65 (1)	8.33	48.06 (1)	7.32	46.43 (1)	7.86	3.23	.01**
Libertad	44.65 (2)	7.21	42.54 (2)	6.71	41.29 (2)	6.43	4.49	.04*
Responsabilidad	39.42 (3)	8.42	38.82 (3)	8.06	39.16 (3)	7.22	.79	.42

Entre paréntesis se pone el rango de los promedios = 108

* $p \leq .05$ ** $p \leq .01$

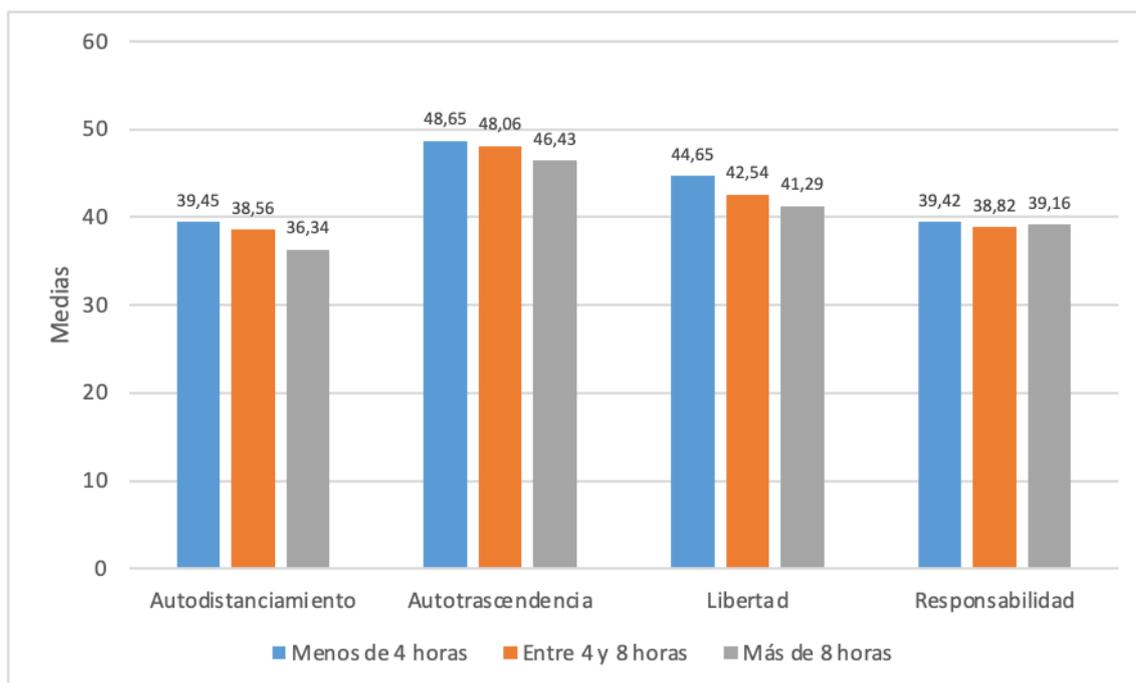


Figura 14. Perfiles de las medias de las subescalas de la EE según cantidad de horas de trabajo diario.

Los padres que trabajan menos de 4 horas presentan puntajes más altos que los padres que trabajan entre 4 y 8 horas y los que trabajan más de 8 horas, en las cuatro Capacidades Personales-Existenciales (Figura 14).

En el estudio comparativo de los contrastes multivariados, se obtuvo una diferencia significativa con respecto a la variable cantidad de horas de trabajo ($F_{(8, 1795)}$ de Hotelling = 1.96; $p = .0001$). Analizando los F univariados se encuentra una diferencia significativa en Autodistanciamiento (AD) ($F_{(2, 901)} = .55$; $p = .001$), en Autotranscendencia (AT) ($F_{(2, 901)} = 3.23$; $p = .01$) y en Libertad (L) ($F_{(2, 901)} = 4.49$; $p = .04$). En la prueba *post hoc* de Scheffé, se observa que esta diferencia está dada entre el grupo de padres con menos de 4 horas de trabajo con respecto a las personas que trabajan más de 8 horas. En la subescala Responsabilidad (R) no se observan diferencias significativas entre los grupos comparados.

-Cantidad de hijos que integran la familia

El análisis de la Escala Existencial, en relación a la variable *cantidad de hijos* que integran la familia, indica los resultados siguientes:

Tabla 15

MANOVA. Diferencias de medias, desviaciones estándar y F univariados de las subescalas de la EE según cantidad de hijos que integran la familia

Subescalas	Cantidad de hijos						F	P
	1 hijo (n = 17)		2 hijos (n = 60)		3 o más hijos (n = 31)			
	M	DE	M	DE	M	DE		
Autodistanciamiento	37.53 (4)	8.54	37.18 (4)	8.43	35.65 (4)	7.54	.49	.001**
Autotrascendencia	48.34 (1)	7.23	47.23 (1)	6.65	45.87 (1)	6.86	2.29	.01**
Libertad	44.67 (2)	6.98	43.54 (2)	6.54	42.99 (2)	6.54	.89	.35
Responsabilidad	39.01 (3)	8.29	38.87 (3)	8.12	40.51(3)	8.46	.83	.24

Entre paréntesis se pone el rango de los promedios
108

n =

* $p \leq .05$ ** $p \leq .01$

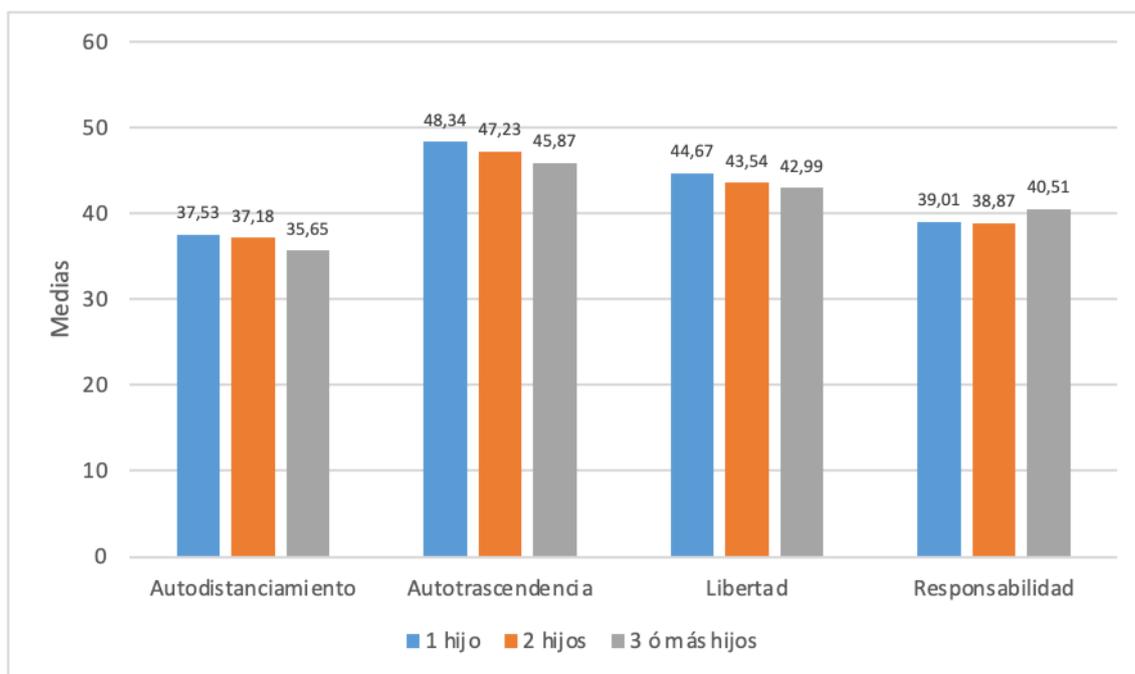


Figura 15. Perfiles de las medias de las subescalas de la EE según cantidad de hijos.

Los padres que tienen un solo hijo presentan puntajes más altos con respecto a los padres que tienen 2 hijos y con respecto a los que tienen 3 ó más hijos, en tres Capacidades: Autodistanciamiento, Autotrascendencia y Libertad (Figura 15).

En el estudio comparativo de los contrastes multivariados, se obtuvo una diferencia significativa con respecto a la variable cantidad de hijos ($F_{(8, 1794)}$ de Hotelling = 3.76; $p = .0001$). Analizando los F univariados se encuentra una

diferencia significativa en Autodistanciamiento (AD) ($F_{(8, 1794)} = .49$; $p = .001$) y en Autotrascendencia (AT) ($F_{(8, 1794)} = 2.29$; $p = .01$). En la prueba *post hoc* de Scheffé, se observa que esta diferencia está dada entre el grupo de padres que tienen 1 hijo con respecto a las personas que tienen 3 ó más hijos. En las subescalas de Libertad (L) y Responsabilidad (R) no se observan diferencias significativas entre los grupos comparados.

-Relación entre Burnout parental y Capacidades Personales-Existenciales

Se aplica una regresión lineal múltiple por pasos sucesivos para analizar las relaciones entre el Burnout parental y las Capacidades Personales-Existenciales. Los resultados fueron los siguientes:

Tabla 16

Regresión lineal múltiple por pasos sucesivos para analizar la relación entre Burnout parental y Capacidades Personales-Existenciales

Escalas	R ²	Cambio en R ²	β	<i>t</i>	<i>p</i>
Autodistanciamiento	.448	.448	.343	5.89	.0001**
Autotrascendencia	.586	.138	.310	4.36	.0001**

* $p \leq .05$ ** $p \leq .01$

$n = 108$

La variable independiente Burnout parental ($F_{(3, 397)} = 163.31$; $p = .0001$) predice y explica el 58.6% de la varianza total observada en las Capacidades Personales de variables dependientes de Autodistanciamiento (AD) ($\beta = .343$; $p = .0001$) y Autotrascendencia (AT) ($\beta = .343$; $p = .0001$). Los valores de Factor de la Inflamación de la Varianza (FIV) indican que se cumple el supuesto de no multicolinealidad (valores entre 3.05 y 3.57).

-Relación entre Capacidades Personales-Existenciales y Burnout parental

Se aplica una regresión lineal múltiple por pasos sucesivos para analizar las relaciones entre las Capacidades Personales-Existenciales y Burnout parental. Los resultados fueron los siguientes:

Tabla 17

Regresión lineal múltiple por pasos sucesivos para analizar la relación entre Capacidades Personales – Existenciales y Burnout parental

Género	Escalas predictoras	R ²	Cambio en R ²	β	<i>t</i>	<i>P</i>	n
Masculino (n = 15)	Autodistanciamiento	.355	.355	.424	6.90	.0001**	
	Autotrascendencia	.399	.044	.332	3.41	.0001**	
	Libertad	.422	.023	.236	3.93	.0001**	
Femenino (n = 93)	Autodistanciamiento	.276	.276	.291	4.13	.0001**	
	Autotrascendencia	.368	.092	.246	3.87	.0001**	
	Responsabilidad	.398	.030	.187	2.51	.0001**	

* $p \leq .05$ ** $p \leq .01$

= 108

En relación al género, en el caso de los hombres, las variables independientes seleccionadas en el modelo final son Autodistanciamiento (AD) ($\beta = .424$; $p = .0001$), Autotrascendencia (AT) ($\beta = .332$; $p = .0001$), y Libertad (L) ($\beta = .236$; $p = .0001$); que predicen y explican el 42.2% de la varianza total observada de Burnout parental ($F(3, 398) = 281.66$; $p = .0001$). Mientras que, en las mujeres, Autodistanciamiento (AD) ($\beta = .291$; $p = .0001$), Autotrascendencia (AT) ($\beta = .246$; $p = .0001$) y Responsabilidad (R) ($\beta = .187$; $p = .0001$), predicen el 39.8% de la varianza total observada de Burnout parental ($F(3, 504) = 307.34$ $p = .0001$).

c. Discusión de Resultados y Conclusiones

Cuestionario de datos sociodemográficos

En referencia al *género*, se encontró una mayor participación entre quienes respondieron la encuesta del género femenino, posiblemente porque la crianza de los hijos suele estar más asociada culturalmente al rol de las madres.

Con respecto a las *edades*, la mayor concentración se da en el grupo que tiene entre 40 y 49 años, haciendo suponer que la llegada de los hijos se haya producido al finalizar sus carreras universitarias.

La mayoría de la muestra tiene 2 niños, lo que podría explicarse por el factor cultural.

En relación a la *cantidad de horas de trabajo*, la mayoría trabajan entre 4 y 8 horas diarias. En todos los casos, se trata de empleos formales, dando una mayor estabilidad económica a la familia y aliviando las cargas.

Evaluación de Burnout Parental (PBA)

La mayoría de los participantes ha presentado un bajo puntaje global en la Evaluación de Burnout Parental (PBA), lo que hace suponer que no presentan Burnout parental. La media obtenida en la muestra ha sido inferior a la que se logró en la investigación realizada en Tucumán, Argentina (IIPB Consortium, en prensa). Otros estudios (Roskam *et al.*, 2017) habían anticipado que las personas suelen tolerar mejor el estrés vinculado a las funciones familiares que a las tareas laborales.

En esta investigación, siguiendo los criterios clínicos y estadísticos (IIPB Consortium, en prensa), solamente 2 personas confirmaron presencia de Burnout. Ambas han ayudado a sus niños con las tareas escolares, aunque ninguna se sintió motivada para hacerlo.

En el análisis cualitativo de las personas con los 10 puntajes más altos y más bajos en la PBA y las dimensiones de la Escala Existencial, se observó que el Autodistanciamiento es un recurso altamente vinculado a la presencia de Burnout. El estrés afectaría las posibilidades de tomar distancia de los problemas y evaluarlos con claridad, produciendo agotamiento físico y emocional.

La Responsabilidad es también una capacidad sensible ante situaciones de Burnout. Cuando los padres se perciben bajo condiciones de estrés, disminuyen su capacidad de dar respuesta a las demandas de los hijos.

En Autotrascendencia se observó que la calidad del vínculo con los hijos y con la familia se ve afectada por las situaciones de crisis. Ante el estrés crónico y la falta de tiempo, los padres actúan con un mayor distanciamiento emocional de sus hijos.

Libertad sería la capacidad más conservada. Independientemente de que la persona padezca o no Burnout, mantienen las posibilidades de tomar decisiones personales de manera autónoma, evitando la saturación del rol parental.

En general, ante la presencia de Burnout, hay un menor desarrollo de todas las Capacidades Personales-Existenciales. Aquellos casos con menos riesgo de estrés crónico muestran un mejor alcance de estas competencias.

Escala Existencial (EE)

-Género

En las subescalas de la EE, las mujeres presentan puntajes más altos con respecto a los hombres, en dos Capacidades: Autotrascendencia y Responsabilidad. En semejanza con Olivares (2016), quien informó que las mujeres obtuvieron puntajes más altos que los hombres en las mismas subescalas. Frente a los problemas con los hijos, las mujeres tendrían una mayor capacidad de respuesta que los hombres, dado que perciben a la familia como un valor.

La capacidad más afectada es Autodistanciamiento, pero no se establecen diferencias significativas entre ambos géneros.

La capacidad menos afectada, tanto en hombres como en mujeres, es la Autotrascendencia.

En el estudio comparativo de los contrastes multivariados, se observa que existen diferencias significativas en función del género con respecto a la subescala Autotrascendencia, con mayores puntajes en mujeres. Esto coincide con los estudios de Gottfried (2019). No obstante, difiere de los resultados obtenidos por Längle *et al.* (2003).

En la subescala Libertad se observan diferencias significativas, con puntajes mayores obtenidos por los hombres. Podría estar relacionado con factores socioculturales, que identifican al género masculino con mayores posibilidades de tomar decisiones y de desentenderse de la crianza de los hijos.

En cambio, las mujeres asumirían con mayor Responsabilidad la educación de sus hijos.

-Edad

Los padres de 40 a 49 años presentan puntajes más altos que los padres de 30 a 39 años, en las cuatro Capacidades Personales-Existenciales, en coincidencia con los baremos argentinos de la Escala Existencial (Gottfried, 2019). Esto concuerda con los estudios de Valle (2015), para quien el mayor desarrollo de recursos espirituales se da entre los 35 y los 50 años.

La capacidad menos afectada es el Autodistanciamiento. Por tratarse de población adulta, se supone que han logrado mayor equilibrio interno, por lo que los conflictos familiares no lograrían afectarles.

La capacidad más afectada es la Autotrascendencia. Ante situaciones de agotamiento en el plano familiar, los padres podrían percibir que el único valor al cual deben dar una respuesta es la familia.

En el estudio comparativo de los contrastes multivariados, se obtuvo una diferencia significativa con respecto a la variable edad en Autotrascendencia. Los

padres de 40 a 49 años se encuentran en una etapa de mayor plenitud que los de menor edad, haciendo que, frente a situaciones de estrés en el plano doméstico, puedan recuperar más fácilmente el valor de la familia y sostener el compromiso.

-Horas de trabajo

Los padres que trabajan menos de 4 horas presentan puntajes más altos que los padres que trabajan entre 4 y 8 horas, y los que trabajan más de 8 horas, en las cuatro Capacidades. Estos resultados son congruentes con el estudio efectuado entre profesionales de la salud mental (Valle, 2015). Los padres que trabajan menos de 4 horas tienen más tiempo disponible para dedicar a otros quehaceres diferentes del trabajo. Los padres que trabajan menos de 4 horas disponen de mayores recursos personales y espirituales para buscar y hallar el Sentido, acercándose a una mayor plenitud en sus vidas.

La capacidad más afectada es Autodistanciamiento. Ante situaciones de Burnout, la mayor cantidad de horas de trabajo resulta ser un factor estresante para los padres, por las dificultades para conciliar las demandas del trabajo y la familia. Es posible que su emocionalidad se manifieste a través de la sintomatología asociada al Burnout, como agotamiento emocional y físico, ansiedad, estrés y distanciamiento afectivo de los hijos.

La capacidad menos afectada es Autotrascendencia, presentando diferencias muy significativas entre ambos grupos. A los padres que trabajan más de 8 horas, les resultaría más difícil poder comunicarse emocionalmente con sus hijos.

En el estudio comparativo de los contrastes multivariados, se obtuvo una diferencia significativa con respecto a la variable cantidad de horas de trabajo en Autodistanciamiento, en Autotrascendencia y en Libertad. A mayor cantidad de horas de trabajo, hay mayores posibilidades de padecer Burnout. Al reducirse la cantidad de tiempo libre disponible para intereses personales, a la persona le cuesta más autoobservarse, se le dificulta la posibilidad de establecer relaciones con valores y encontrarse con otros y se sienten más limitados en la toma de decisiones. En la subescala Responsabilidad no se observan diferencias significativas entre los grupos comparados.

-Cantidad de hijos

Los padres que tienen un solo hijo presentan puntajes más altos con respecto a los padres que tienen 2 ó más hijos, en Autodistanciamiento, Autotrascendencia y Libertad. El mayor número de hijos es un factor significativo en el desarrollo del Burnout parental, que fue estudiado en diferentes culturas (IIPB Consortium, en prensa).

La capacidad más afectada es Autodistanciamiento, con diferencias muy significativas, que ponen en inferioridad de condiciones a los padres con 3 o más hijos. Para poder autodistanciarse, se requiere poder establecer un espacio propio, personal e íntimo, lo que resultaría difícil de lograr con mayor número de hijos.

La capacidad menos afectada es Autotrascendencia, con diferencias muy significativas. Está más conservada, dado que la maternidad y la paternidad constituyen en sí mismos valores a los cuales dedicar tiempo, relación y cercanía. Este alto desarrollo de esta competencia coincide con lo que ocurre entre madres con hijos diagnosticados con autismo (Tobar Concha y González Valdés, 2017), lo que les permite continuar su tarea de crianza, más allá de las dificultades. El menor número de hijos parecería estar asociado con una más adecuada expresión de afectos y un mejor establecimiento de la relación materno o paterno-filial.

En el estudio comparativo de los contrastes multivariados, se obtuvo una diferencia significativa con respecto a la variable cantidad de hijos en Autodistanciamiento y en Autotrascendencia. En las subescalas de Libertad y Responsabilidad no se observan diferencias significativas entre los grupos comparados.

El bajo puntaje obtenido en el grupo de padres con 3 o más hijos en Autodistanciamiento, Autotrascendencia y Libertad se podría explicar en relación a los valores relativos a la vida personal, tales como: la amistad, el deporte y el descanso. La Autotrascendencia estaría disminuida desde este aspecto personal y no desde la dedicación a sus hijos, dado que, en la subescala de Responsabilidad obtuvieron los más altos puntajes. Por eso, es el grupo más sensible para caer en Burnout.

A medida que aumenta el número de hijos, los puntajes de la subescala Libertad van bajando. Por eso, valores personales, como el ocio, la amistad, la lectura, constituirían una actividad más de tipo personal o individual y no en relación a la familia.

-Relación entre Burnout parental y Capacidades Personales-Existenciales

Se aplica una regresión lineal múltiple por pasos sucesivos para analizar las relaciones entre el Burnout parental y las Capacidades Personales-Existenciales, siguiendo las subescalas de la Escala Existencial.

La variable independiente Burnout parental predice y explica el 58.6% de la varianza total observada en las Capacidades Personales de variables dependientes de Autodistanciamiento y Autotrascendencia. Estos resultados coinciden con otros estudios de Burnout laboral, que muestran su influencia en ambas Capacidades (Valle, 2015; Terranova, 2017).

Ante estados de estrés crónico, se presenta asociado con: cansancio, falta de energía, irritabilidad, poco tiempo disponible, agotamiento emocional y físico, autoexigencia, sentimientos de culpa y distanciamiento emocional. La persona no tiene tiempo de autodistanciarse de sus problemas y en el plano de los valores, estos sólo están representados por los hijos, por lo que no dispone de horarios para dedicarse a sus intereses personales.

El Burnout parental se relaciona con estados de agotamiento, tanto en el plano físico como emocional. El Autodistanciamiento resultaría ser un factor que ayude a mitigar los síntomas del estrés. Por eso, ante estados de agotamiento crónico, se ve disminuida la capacidad para tomar distancia y evaluarse a uno mismo, y a las posibilidades de la situación.

También el Burnout parental se relaciona con un distanciamiento emocional de los hijos. Si bien no dejan de cumplirse las funciones instrumentales del rol parental, se produce una mayor desconexión afectiva con los hijos.

Queda claro que la presencia de Burnout afecta las Capacidades Personales de Autodistanciamiento y Autotrascendencia. En cambio, las Capacidades Existenciales, no parecerían verse tan afectadas por la presencia de Burnout.

-Relación entre Capacidades Personales-Existenciales y Burnout parental

En relación al género, en el caso de los hombres, las variables independientes seleccionadas en el modelo final son Autodistanciamiento, Autotrascendencia y Libertad, que predicen y explican el 42.2% de la varianza total observada de Burnout parental. Mientras que, en las mujeres, Autodistanciamiento, Autotrascendencia y Responsabilidad, predicen el 39.8% de la varianza total observada de Burnout parental.

Las Capacidades de Autodistanciamiento y Autotrascendencia impactan en el Burnout parental en ambos géneros. A los hombres les afecta más el Burnout en relación a la Libertad y a las mujeres, en la Responsabilidad.

Es posible que las mujeres, por llevar en el vientre materno a sus hijos y por el amamantamiento, se sientan más responsables de ellos. Y que los hombres se sientan más responsables de proveer el sustento, tomando cierta distancia emocional.

En los hombres, la capacidad de Autodistanciamiento es muy importante en un 35%, mientras que en las mujeres, es del 27%. Ante situaciones problemáticas, los hombres se sienten más condicionados.

El Autodistanciamiento es la subescala más afectada, dado que está asociada con la ansiedad, la angustia, los temores y la inseguridad. La Autotrascendencia, está más vinculada con la afectividad, por lo que a las mujeres les influye en mayor medida.

En situaciones de crisis, suelen hacerse cargo más las mujeres que los hombres, demostrando asumir en mayor medida la Responsabilidad sobre sus hijos.

En Libertad, a los hombres les afecta un 2% y a las mujeres la Responsabilidad en un 3%. A pesar de los bajos valores, resultan ser factores significativos como desencadenantes del estrés.

En síntesis, los hombres tienden a estresarse más que las mujeres, en coincidencia con otros estudios de género (Pérez-Díaz y Oyarce Cádiz, 2020; Roskam & Mikolajczak, 2020; IIPB Consortium, en prensa). Los hombres apelan más a la Libertad y tienen menor grado de Autotrascendencia. En cambio, las mujeres recurren más a su Responsabilidad y a los valores de la educación y la crianza. Esto se debe a que es una tarea a la que, culturalmente, los hombres le dedican menos tiempo.

Ante la presencia de Burnout en padres, se vio más afectado el Autodistanciamiento, ya que obtuvieron puntajes más bajos. Los padres que no presentaron Burnout demostraron los puntajes más altos en esta subescala. La capacidad para tomar distancia de uno mismo frente a los problemas y evaluarse es un recurso altamente influenciado por el agotamiento crónico. Las personas con mayores capacidades para autodistanciarse sufren menos Burnout.

La Autotrascendencia tiene que ver con la conexión con valores. Existen estudios cualitativos (Reid, 2014; Valverde y Cubero Cubero, 2014) que demuestran que la maternidad y por ende, los hijos, constituyen un Valor Fundamental. Por lo tanto, el valor depositado en la descendencia sostiene a la persona frente al Burnout.

Las Capacidades más importantes para prevenir y tolerar situaciones de estrés crónico o Burnout parental en ambos géneros son el Autodistanciamiento y la Autotrascendencia.

Pero además, en el caso de las mujeres, una baja puntuación en Responsabilidad indicaría una escasa capacidad de dar respuesta frente a los problemas que se les presentan. Esta incapacidad les haría percibir frustración por las tareas incumplidas, lo que aumentaría sus sentimientos de culpa. Esta situación las haría más vulnerables al Burnout.

En el caso de los hombres, la otra capacidad que se ve afectada es la Libertad. Cuando no han logrado desarrollar habilidades suficientes para tomar decisiones autónomas en función de valores, tienen tendencia a caer en Burnout.

A partir de los objetivos planteados al inicio, se pueden obtener las conclusiones siguientes.

El *primer objetivo específico* pretendía evaluar la presencia de **Burnout parental** en un grupo de padres, cuyos hijos cursan la escuela primaria y/o secundaria, dentro del contexto de pandemia por COVID-19.

Por tanto, se llegó a las siguientes conclusiones:

1. El 1.85% de la muestra presentó sintomatología de Burnout parental en el contexto de pandemia por COVID-19. Se concluyó una muy baja presencia de: agotamiento físico y emocional, saturación del rol parental y distanciamiento emocional de los hijos.
2. La gran mayoría de los padres estudiados no desarrollaron síntomas de Burnout parental.

En relación al *segundo objetivo específico*, se encontraron diferencias significativas en el desarrollo de las **Capacidades Personales-Existenciales**, relacionadas con las variables de: género, edad, cantidad de horas de trabajo y número de hijos. Se llegó a las siguientes conclusiones:

1. En función de la variable **género**, se encontraron diferencias significativas, ya que los hombres presentaron un mayor desarrollo en el ejercicio de la libertad y de la autonomía; mientras que las mujeres presentaron una mayor disposición en sus sentimientos para percibir los valores de la vida.
2. En función de la variable **edad**, se presentaron diferencias significativas en los padres de 40 a 49 años, en cuanto a la Capacidad de Autotrascendencia, ya que presentaron un mayor desarrollo en la disposición para percibir los valores de la vida.
3. En cuanto a la variable **cantidad de horas de trabajo**, las diferencias están en los padres que trabajan menos de 4 horas en Autodistanciamiento, es decir, la capacidad de conquistar una distancia para objetivar las situaciones desfavorables. También en Autotrascendencia, es decir, en la disposición de percibir los valores, como también en la Libertad, es decir, en la capacidad de decidirse ante una posibilidad real de acción.
4. En relación a la variable **número de hijos**, se encontraron diferencias significativas, en especial, en los padres con 3 o más hijos, en

Autodistanciamiento, es decir, en la capacidad de tomar distancia frente a lo difícil de la vida, y en Autotrascendencia, es decir, en la capacidad de sensibilizarse para percibir valores.

En relación al *tercer objetivo específico*, que es identificar cómo afecta el desarrollo de las **Capacidades Personales-Existenciales** en el riesgo de padecer Burnout parental, se concluye que:

1. Un pobre desarrollo de las Capacidades de Autodistanciamiento y Autotrascendencia deja a las personas en situación de vulnerabilidad frente al Burnout parental, independientemente del género.
2. Además, otros factores de riesgo de agotamiento parental lo constituyen los bajos niveles de Libertad en los hombres y los bajos niveles de Responsabilidad en las mujeres.

Con respecto al *cuarto objetivo específico*, que fue determinar el grado de relación existente entre **Burnout parental y Capacidades Personales-Existenciales**, y cuánto influye el Burnout en cada una de estas capacidades, se concluyó que:

1. El Burnout parental predice en gran medida una disminución en los niveles obtenidos en las Capacidades Personales de Autodistanciamiento y Autotrascendencia.
2. El Burnout parental no es un importante predictor de las Capacidades Existenciales de Libertad y Responsabilidad, ya que las mismas no se ven significativamente afectadas.

Acerca del *quinto objetivo específico*, que fue determinar el grado de relación existente entre **Capacidades Personales-Existenciales y Burnout parental**, y cuánto influye el logro de estas capacidades en el desarrollo de Burnout, según el género de los padres; se concluyó que:

1. Autodistanciamiento, Autotrascendencia y Libertad predicen y explican en gran medida el riesgo de padecer Burnout parental en los hombres. Mientras que, en las mujeres, Autodistanciamiento, Autotrascendencia y Responsabilidad, predicen en gran medida las de posibilidades de padecer Burnout parental.

2. La capacidad de conquistar una distancia de sí mismo, de los deseos, representaciones, temores, motivos, lo que permite la libre captación del mundo aún en ocasiones desfavorables, fue la Capacidad Personal que más explicó la varianza total en Burnout, tanto en hombres como mujeres.
3. La disposición afectiva para percibir los valores, fue la Capacidad Personal, que luego de Autodistanciamiento, más explicó la varianza total de Burnout, tanto en hombres como mujeres.
4. La capacidad de tomar decisiones según una jerarquía valorativa y Responsabilidad explicaron en mucha menor medida la presencia de Burnout, según sean hombres o mujeres.

En síntesis, desde la Logoterapia y el Análisis Existencial, las Capacidades más importantes para prevenir y tolerar situaciones de estrés crónico o Burnout parental resultan ser el **Autodistanciamiento** y la **Autotrascendencia**. Cuando no logra el Autodistanciamiento, la persona no tiene recursos suficientes para poder soportar las condiciones difíciles de la vida. Mientras que la Autotrascendencia implicaría la elevación de la dificultad para conectarse con la emocionalidad que produce un valor y que mueve a la persona más allá de los condicionamientos fácticos de Burnout, de la cantidad de horas de trabajo y del número de hijos.

d. **BIBLIOGRAFÍA**

- Alomo, M., Gagliardi, G., Peloché, S., Somers, E., Alzina, P., Prokopez, C. (2020). Efectos psicológicos de la Pandemia COVID-19 en la población general argentina. *Revista de la Facultad de Ciencias Médicas de Córdoba*, 77 (3), 176 - 181. <http://dx.doi.org/10.31053/1853.0605.v77.n3.28561>
- Endeavor Argentina (20 de mayo de 2020). *Síndrome de Burnout y Coronavirus: los efectos de la pandemia en los trabajadores argentinos*. <https://www.endeavor.org.ar/sindrome-burnout-coronavirus-los-efectos-la-pandemia-los-trabajadores-argentinos/>
- Frankl, V. (1990). *Logoterapia y Análisis existencial*. Herder.
- Frankl, V. (2001). *El hombre en busca de sentido*: Herder.
- Frankl, V. (2002). *La voluntad de sentido. Conferencias escogidas sobre logoterapia*. Herder.
- Frankl, V. (2010). *Psicoanálisis y existencialismo: de la psicoterapia a la logoterapia*. Fondo de Cultura Económica.
- Gottfried, A. (2019). *Manual de la Escala Existencial. Evaluación cuantitativa e interpretación cualitativa del EE (versión 2014) de Längle, Orgler y Kundi*. GLE-International: Internationale Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse.
- International Investigation of Parental Burnout Consortium (en prensa). Parental burnout around the Globe: A 42-country study. *Affective Science*. Recuperado de: https://dccc0c5a-d7c8-4aa8-9417-4e42e14abb45.filesusr.com/ugd/5660ec_024bc14b74b941028364465fbf6f8012.pdf
- Längle, A. (2003). *El arte de involucrar a la Persona. Las Motivaciones Fundamentales de la Existencia como estructura del Proceso Motivacional*. Recuperado de: <http://gleargentina.com.ar/PDF/El%20arte%20de%20involucrar%20la%20Persona.pdf>

- Längle, A. (2006). El burnout (desgaste profesional), sentido existencial y posibilidades de prevención. *Revista de Psicología UCA*, 2 (3), 5 - 26.
- Längle, A. (2008). *Vivir con sentido. Aplicación práctica de la logoterapia*. Lumen.
- Längle, A., Orgler, Ch. & Kundi, M. (2003). The Existence Scale: A new approach to assess the ability to find personal meaning in life and to reach existential fulfillment. *European Psychotherapy*, 4 (1), 135 - 151. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/313673419_The_Existence_Scale_A_new_approach_to_assess_the_ability_to_find_personal_meaning_in_life_and_to_reach_existential_fulfillment
- León, O. y Montero, I. (2007). *Diseño de investigaciones. Introducción a la lógica de la investigación en Psicología y Educación*. Mc Graw Hill.
- Martinez Pérez, A. (2010). El síndrome de burnout. Evolución conceptual y estado actual de la cuestión. *Vivat Academia*, 112, 42 - 80. <http://dx.doi.org/10.15178/va.2010.112.42-80>
- Maslach, Ch. & Jackson, S. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*; 2, 99 - 113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- Mikolajczak, M., Gross, J., Stinglhamber, F., Norberg, A. & Roskam, I., (2018, June 1). Is parental burnout distinct from job burnout and depressive symptomatology? *Clinical Psychological Science*. <https://doi.org/10.1177%2F2167702620917447>
- Montero, I. y León, O. (2007). Guía para nombrar los estudios de la investigación en Psicología. *International Journal of Clinical and Health Psychology*. 7 (3), 847 - 862.
- Olivares, Y. (2016). *El Método de Hallazgo de Sentido de Längle, evaluado en estudiantes de 18 a 30 años que concurren a Centros Educativos de Nivel Secundario de Mendoza*. [Tesis de Licenciatura en Psicología inédita, Universidad Católica Argentina].
- Olivares Faúndez, V. (2017). Laudatio: Dra. Christina Maslach, Comprendiendo el Burnout. *Ciencia & Trabajo*, 59 - 63. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-24492017000100059>
- Pérez-Díaz, P. y Oyarce Cádiz, D. (2020). Burnout parental en Chile y género: un modelo para comprender el burnout en madres chilenas. *Revista de Psicología*, 29 (1), 1-14. <http://dx.doi.org/10.5354/0719-0581.2020.57987>
- Reid, G. (27-29 de noviembre de 2014). *Mujeres, maternidad y profesión. Acerca del malestar actual* [Conferencia]. VI Congreso Internacional de Investigación y

- Práctica Profesional en Psicología XXI Jornadas de Investigación Décimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología. Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. <https://www.aacademica.org/000-035/193>
- Roskam, I., Brianda, M. & Mikolajczak, M. (2018, June 6). A step forward in the conceptualization and measurement of Parental Burnout: The Parental Burnout Assessment (PBA). *Frontiers in Psychology*. 9: 758. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00758>
- Roskam, I. & Mikolajczak, M. (2020, January 21). Gender Differences in the Nature, the Antecedents, and the Consequences of Parental Burnout. *Sex Roles*, 83, 485–498. <https://doi.org/10.1007/s11199-020-01121-5>
- Roskam, I., Raes M. & Mikolajczak, M. (2017, February 9). Exhausted Parents: Development and Preliminary Validation of the Parental Burnout Inventory. *Frontiers in Psychology*. 8: 163. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00163>
- Terranova, M. (2017). *Plenitud existencial y Síndrome de Burnout en operarios a cargo del cuidado de jóvenes en hogares de alta complejidad de la DINAF* [Tesis de Licenciatura en Psicología, Universidad del Aconcagua]. http://bibliotecadigital.uda.edu.ar/objetos_digitales/710/tesis-5507-plenitud.pdf
- Tobar Concha, C. y González Valdés, C. (2014). *Experiencias de Madres de Niños o Niñas Diagnosticados Autistas en Estudio de Casos, desde una mirada Analítico Existencial* [Tesina de Licenciatura en Psicología, Universidad Academia de Humanismo Cristiano]. <http://bibliotecadigital.academia.cl/bitstream/handle/123456789/1361/tpsico%20559.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Tonello, G. (2020). La pandemia y sus efectos desde la perspectiva de la Psicología Ambiental. *Psico Logos*, edición extraordinaria COVID-19, 59 - 66.
- UNICEF (2020). *Encuesta de Percepción y Actitudes de la Población. Impacto de la pandemia COVID-19 y las medidas adoptadas por el gobierno sobre la vida cotidiana*.
- Valle, M. (2015). Sentido de vida y estrés laboral en Trabajadores de la salud mental que asisten pacientes drogodependientes. Estrategias de afrontamiento observadas. *European Scientific Journal*, 11 (10), 87 - 102. <https://eujournal.org/index.php/esj/article/view/5584>

Valverde, K. y Cubero Cubero, M. (2014). La maternidad como un constructo social determinante en el rol de la feminidad. *Revista electrónica de estudiantes Escuela de Psicología, Universidad de Costa Rica*. 9 (1), 29-42. <file:///D:/TESINA/Rastreo%20bibliogr%C3%A1fico/Discusi%C3%B3n%20de%20resultados/Dialnet-LaMaternidadComoUnConstructoSocialDeterminanteEnEl-4942668.pdf>

e. **DATOS PERSONALES**

Analía Eliana Amico

Profesora y Licenciada en Psicología

Mendoza, Argentina

analiaamico@hotmail.com