**PSICOLOGÍA
IBEROAMERICANA**

Psicología Iberoamericana

ISSN: 1405-0943

psicología.iberoamericana@uia.mx

Universidad Iberoamericana, Ciudad de
México
México

Garay López, Julieta; Farfán García, Ma. del Carmen
Niveles de Depresión, Autoestima y Estrés en Mujeres que tienen un Trabajo Remunerado y Mujeres
que tienen un Trabajo no Remunerado (amas de casa)
Psicología Iberoamericana, vol. 15, núm. 2, diciembre, 2007, pp. 22-29
Universidad Iberoamericana, Ciudad de México
Distrito Federal, México

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133915933004>

- Cómo citar el artículo
- Número completo
- Más información del artículo
- Página de la revista en redalyc.org

redalyc.org

Sistema de Información Científica
Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal
Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto

Niveles de Depresión, Autoestima y Estrés en Mujeres que tienen un Trabajo Remunerado y Mujeres que tienen un Trabajo no Remunerado (amas de casa)

Levels of Depression, Self-Esteem and Stress Amongst Women who have a Remunerated Job and those who do not have a Remunerated Job (housewives)

Julieta Garay López

Ma. del Carmen Farfán García

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA CONDUCTA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MÉXICO

Resumen

El objetivo de esta investigación fue estudiar dos grupos de mujeres: aquéllas que tienen trabajo remunerado y aquéllas que tienen trabajo no remunerado, para conocer las diferencias respecto a la depresión, autoestima y estrés. Se trabajó con una muestra conformada por 444 mujeres de la ciudad de Toluca.

De los resultados más relevantes podemos mencionar los siguientes: Existe una diferencia en cuanto a la depresión entre las mujeres con trabajo remunerado y las mujeres con trabajo no remunerado; con relación al estrés, el grupo más vulnerable fue el de las mujeres de 42 a 47 años de nivel socioeconómico alto y con una escolaridad de licenciatura o más. Las mujeres con más baja autoestima fueron aquellas de 48 a 53 años.

Descriptor: Depresión, estrés, autoestima, género femenino.

Abstract

The object of this research was to know the differences regarding depression, self-esteem and stress amongst two groups of women: those who have a remunerated job and those who have a non-remunerated job. The sample was made up of 444 women in the city of Toluca.

Out of the results, the following resulted most relevant: there is a difference regarding depression amongst women who have a remunerated job to those who do not have a remunerated job, concerning stress, women who resulted most vulnerable were those ranging from 42 to 47 years old, pertaining to a high socioeconomic status and with at least a bachelors degree. Women with the lowest self-esteem were those ranging from 48 to 53 years old.

Key Words: Depression, stress, self-esteem, female gender role.

Introducción

El propósito de esta investigación será conocer la relación entre los niveles de depresión, autoestima y estrés en mujeres que tienen un trabajo remunerado y mujeres que tienen un trabajo no remunerado (amas de casa), con el fin de darnos cuenta si existe variedad en las respuestas de acuerdo a las actividades que éstas desempeñan.

Se ha encontrado que la mujer tiende a ser más vulnerable a deprimirse que el hombre, lo cual se debe a diversas causas genéticas, biológicas, sociales y psicológicas; por ello es muy importante realizar investigaciones particularmente con mujeres para determinar cuáles son los factores que las afectan más (Mercado,1996; Sprock,1997; Nolen, 1999; Rao,1999).

Dentro de las causas que provocan la depresión, se ha visto que el proceso cognitivo ante situaciones difíciles

es diferente entre hombres y mujeres; estas últimas tienden a ser más reiterativas ante pensamientos negativos, es decir, piensan repetidas veces en aquello que les lastima, por lo que suelen ponerse tristes con mayor frecuencia y, cuando una situación les duele mucho, reaccionan en forma pasiva, mientras que los hombres reaccionan más activa y hasta violentamente; por lo que las mujeres son más vulnerables ante la depresión (Sprock, 1997). Lo anterior justifica que es necesario hacer investigaciones con mujeres, por su vulnerabilidad ante la depresión.

La autoestima parece ser una variable mediadora entre las interacciones personales y el grado de depresión. En un estudio realizado por Smith en 1997, se pudo observar que una autoestima baja puede desfavorecer las interacciones madre-hijo y favorecer la depresión. Sin embargo, cuando se posee una autoestima alta y existen interacciones negativas entre madre e hijo, la autoestima actúa para mediar, haciendo que la persona se sobreponga y no caiga en una depresión.

En la investigación realizada por Martínez Sánchez en 1999, se menciona que la diferencia de respuestas ante el estrés dependerá de la frecuencia, la intensidad, y duración del estímulo estresante, por lo que permite hipotetizar que es posible observar un mayor nivel de estrés en las mujeres que trabajan fuera de casa en comparación con aquéllas que solamente se dedican al hogar, ya que las que salen a trabajar están sometidas frecuentemente a un mayor número de estímulos estresantes.

También se detectó, en un estudio escrito por Brazelton en 1996, que mujeres con una feminidad acentuada, es decir, que se dedican más a las labores propias del hogar, tienen un menor nivel de estrés, pero mayor depresión. Y por lo contrario, aquellas mujeres que adoptan roles masculinos, tales como trabajar fuera de casa y ser proveedoras, obtienen niveles más bajos de depresión pero mayor estrés.

Cuando la mujer percibe un sueldo, tiende a poseer niveles más bajos de depresión, por lo que Beele, 1983 (citado en Sprock, 1997), menciona que esto puede deberse a que la mujer con mayores recursos económicos tiene mayor nivel de educación y un mejor locus de control interno.

Por lo que, en esta investigación se quiere comprobar si realmente las mujeres que trabajan fuera de casa y perciben un sueldo son más vulnerables al estrés y tienden a obtener niveles más bajos de depresión que las amas de casa.

Método

Objetivo general

Estudiar el comportamiento de dos grupos de mujeres: las que tienen un trabajo remunerado y las que tienen un trabajo no remunerado (amas de casa), para conocer la relación entre las variables de depresión, autoestima y estrés.

Tipo de estudio

Se trató de un estudio correlacional que buscaría determinar el grado de relación entre las variables de depresión, autoestima y estrés, tomando en cuenta la edad, el estado civil, la profesión, si tiene o no hijos, y el nivel socioeconómico.

Variables

Variables sociodemográficas:

Ocupación, escolaridad, edad, estado civil y nivel socioeconómico.

Variables que se midieron

1. Depresión
2. Autoestima
3. Estrés

En el presente estudio se trabajó con una muestra no probabilística de tipo intencional, conformada por 444 mujeres de la ciudad de Toluca; de las cuales 229 tenían un trabajo remunerado y 215 un trabajo no remunerado.

Instrumentos

Para medir la depresión, se trabajó con la Escala para la Auto-medición de la Depresión de Zung, la cual se publicó por primera vez en 1965, y posteriormente se realizaron revisiones en 1974, 1989 y 1991.

Para medir la autoestima se empleó el instrumento de Autoconcepto Real e Ideal de Valdez (1994), compuesto por 37 adjetivos con cinco intervalos de respuesta que van de: *lo tengo totalmente* (del lado izquierdo) a *no lo tengo para nada* (lado derecho). Su aplicación puede ser individual o colectiva y no tiene límite de tiempo, aunque regularmente se contesta en quince minutos.

Para medir el estrés se usó la Escala de Acontecimientos de Estrés de Caballo (1994), la cual consta de dos subescalas, las cuales miden acontecimientos vividos y no vividos.

Cada subescala consta de 52 ítems con intervalos que van del 1 al 10, tomando el número 1 cuando las personas consideren el evento como generador de “muy poco” estrés, ansiedad o perturbación, o término “medio”, a partir del número 4 hasta el 7; de esta forma se va accediendo hasta el número 10, que es cuando se considera que el evento es generador de “muchísimo” estrés, ansiedad o perturbación.

Sus instrucciones son simples y se hallan impresas como cualquier prueba de lápiz y papel. El tiempo de aplicación es de aproximadamente 10 minutos, aunque no hay límite de tiempo.

Análisis correlacional

Respecto de los resultados obtenidos mediante la correlación de Pearson, se observó lo siguiente:

- Se encontró un índice de correlación muy baja (pero *estadísticamente significativa*) en las siguientes variables:

Se obtuvo una correlación positiva de .162

Fue posible observar que, a mayor puntaje de depresión, mayor puntaje de acontecimientos productores de estrés (tabla 1).

- Se encontró un índice de correlación muy baja y *no significativa* en las siguientes variables:

Se obtuvo una correlación negativa de $-.013$

Fue posible observar que no hay relación significativa entre autoestima y depresión (tabla 1).

Se obtuvo una correlación negativa de $-.027$

Fue posible observar que no hay relación significativa entre estrés y autoestima (tabla 1).

Tabla 1. Correlación total entre las variables estudiadas

<i>Variables Dependientes</i>	<i>Depresión</i>	<i>Autoestima</i>	<i>Acontecimientos productores de estrés</i>
Depresión	*	$r = -.013$ $p = .166$ $n = 444$	$r = .162^{**}$ $p = .001$ $n = 444$
Autoestima		*	$r = -.027$ $p = .572$ $n = 444$
Acontecimientos productores de estrés			*

** Correlación significativa al 0.01

* Correlación significativa al 0.05

Análisis factorial y validez de constructo

Se obtuvo la validez de constructo y análisis factorial de cada uno de los instrumentos utilizados, observándose lo siguiente:

A partir de los resultados obtenidos en el análisis factorial del instrumento de depresión, con el método de extracción de componentes principales y rotación varimax, se obtuvieron cuatro factores con valores eigen mayores a uno, de los cuales se seleccionaron los cuatro con base en su claridad conceptual y el quiebre de la varianza; éstos permiten explicar el 50.302% de la varianza total del instrumento, con una consistencia interna de alfa de Cronbach = .86.

En relación con el instrumento de autoestima de los resultados obtenidos en el análisis factorial con el método de extracción de componentes principales y rotación varimax, se obtuvieron nueve factores con valores eigen mayores a uno, de los cuales se seleccionaron los primeros seis con base en su claridad conceptual y el quiebre de la varianza; éstos permiten explicar el 49.127% de la varianza total del instrumento, con una consistencia interna de alfa de Cronbach = .80.

Respecto al instrumento utilizado para medir estrés, éste se observó en el análisis factorial con el método de extracción de componentes principales y rotación varimax, 5 factores con valores eigen mayores a uno, de los cuales se seleccionaron todos, con base en su claridad conceptual y el quiebre de la varianza; éstos

permiten explicar 57% de la varianza total del instrumento, con una consistencia interna de alfa de Cronbach = .96, quedando entonces 52 reactivos de un total de 52 propuestos por Caballo.

Análisis multivariado

Se realizó un análisis multivariado (MANOVA), en el cual se incluyeron las variables dependientes de depresión, estrés y autoestima, e independientes de ocupación, edad, estado civil, escolaridad y nivel socioeconómico, observándose lo siguiente:

Las mujeres con trabajo no remunerado tienen un nivel más alto de depresión, al compararlas con aquellas que tienen trabajo remunerado (tabla 2).

El grupo de mujeres con escolaridad de licenciatura o más presentan mayor número de acontecimientos productores de estrés al compararlas con aquellas con escolaridad menor a licenciatura (tabla 3).

Las mujeres con nivel socioeconómico medio presentan mayor puntaje de depresión y, por otro lado, las mujeres con nivel socioeconómico alto presentan mayor número de acontecimientos productores de estrés (tabla 4).

Tabla 2. Diferencias significativas por niveles de depresión comparando las dos muestras

			VI Ocupación			
			Tiene trabajo remunerado		Tiene trabajo no remunerado	
VD	p	F	$\bar{X}_1$	DS1	$\bar{X}_2$	DS2
Depresión	.020	5.427	39.246	.808	41.924*	.750

Gráfica 1. Impacto de la variable *Ocupación* sobre el nivel de depresión

Tabla 3. Diferencias significativas por niveles de acontecimientos productores de estrés comparados con dos muestras

			VI			
			Escolaridad			
			Menor a Licenciatura		Licenciatura o más	
VD	p	F	$\bar{X}_1$	DS1	$\bar{X}_2$	DS2
Acontecimientos productores de estrés	.020	5.473	354.94	8.009	370.867*	8.507

Gráfica 2. Impacto de la variable *Escolaridad* sobre el puntaje obtenido en acontecimientos productores de estrés

Tabla 4. Diferencias significativas por niveles socioeconómicos, depresión y acontecimientos productores de estrés

			VI					
			Nivel socioeconómico					
			NSA		NSM		NSB	
Variables dependientes	p	F	$\bar{X}_1$	DS1	$\bar{X}_2$	DS2	$\bar{X}_3$	DS3
Depresión	.046	3.109	39.845	1.345	41.634*	.981	40.318	1.202
Acontecimientos productores de estrés	.038	3.301	47.884*	3.663	36.986	2.671	38.377	3.274

Gráfica 3. Impacto de la variable *Nivel socioeconómico* sobre el puntaje de depresión

Las mujeres de 42 a 47 años presentan un mayor número de acontecimientos productores de estrés; y en relación con la autoestima, las mujeres de 48 a 53

años de edad tienen un puntaje de autoestima más alto, equivalente a menor autoestima (tabla 5).

Tabla 5. Diferencias significativas por edad en relación con los acontecimientos productores de estrés

			VI											
			Edad											
			18-23		24-29		30-35		36-41		42-47		48-53	
Variables dependientes	p	F	$\bar{X}_1$	DS ₁	$\bar{X}_2$	DS ₂	$\bar{X}_3$	DS ₃	$\bar{X}_4$	DS ₄	$\bar{X}_5$	DS ₅	$\bar{X}_6$	DS ₆
Acontecimientos productores de estrés	.040	2.361	340.285	16.755	378.371	12.234	343.679	14.314	338.458	14.087	394.955*	14.443	378.120	14.465
Autoestima	.024	2.627	1.626	3.030	378.371	2.213	4.079	2.589	.694	2.548	7.304	2.612	10.298*	2.616

- A mayor puntuación menor autoestima.
- A menor puntuación mayor autoestima.

Nota: Según el instrumento utilizado para medir la autoestima (Valdez, 1994), este constructo se obtiene restando del autoconcepto real el autoconcepto ideal, y la diferencia entre estos dos da el puntaje de autoestima (entre mayor sea la diferencia, menor autoestima tendrán los sujetos).

Discusión

De acuerdo con los resultados obtenidos, se observó que efectivamente la depresión, la autoestima y los acontecimientos productores de estrés tienen una interacción importante, que depende en gran medida de las circunstancias propias de cada mujer.

Un resultado interesante que se encontró fue que existe relación entre el puntaje de depresión y el puntaje de estrés. Lo que quiere decir que, cuando las mujeres de este estudio se estresan, tienen altas posibilidades de deprimirse. Esto confirma lo dicho por Krause (1986), acerca de que existe una relación entre número de estresores y depresión, puesto que hay evidencia de que los individuos que se deprimen (en particular las mujeres) han experimentado un mayor número de eventos estresantes en su vida.

De acuerdo con los resultados obtenidos al aplicar el análisis multivariado, se encontró mayor depresión en las mujeres que tienen trabajo no remunerado. Esto puede ser debido a que la ama de casa desempeña actividades rutinarias donde no existe reconocimiento de ninguna naturaleza, que le permiten constantemente traer a la mente pensamientos negativos predisponiéndola a la depresión; mientras que la mujer que trabaja en condiciones diferentes, regularmente tiene que realizar actividades distintas, por lo que se distrae y además tiene oportunidad de platicar sus sentimientos y problemas con compañeros del trabajo.

Esto confirma, por un lado, lo expuesto por Thornton y Leo (1992), quienes plantean que la mujer tradicional dedicada solamente a las actividades del hogar tiene más estereotipos femeninos, haciéndola más vulnerable a la depresión. Y, por otro lado, lo mencionado por Barnett, Marshall y Singer (1992), quienes sostienen que la mujer que desempeña múltiples roles se mantiene activa y alejada de pensamientos negativos, lo que la protege de la depresión.

En cuanto al estrés, se encontró que las mujeres con escolaridad de licenciatura o más tuvieron mayor puntaje en acontecimientos productores de estrés. Es viable pensar que, entre más preparación tenga una

mujer, realiza un mayor número de actividades y tiene más posibilidades de incorporarse a la fuerza laboral; esto duplica las tareas que realiza y la presión a la que se ve sometida por cuestiones laborales (Allen, Coyne, Huntoon, 1998; Brazelton, Greene, Gynther, 1996 y Vélez Bautista, 2001).

Las mujeres con más estudios que se encuentran trabajando están más expuestas a emitir conductas como toma de decisiones, competitividad, agresividad, manejo de las relaciones interpersonales etc., las cuales son de tipo instrumental más frecuentes en hombres y las predisponen al estrés (García, 1998).

Es importante mencionar que algunas de las mujeres que conforman la muestra son académicas, lo que permite relacionar los resultados aquí encontrados con diversos estudios realizados con académicos de la UNAM, por Díaz Barriga (1998) y Galaz (1999), que demuestran que como resultado de las políticas públicas para la educación superior específicamente, los programas de incentivos han provocado que los profesores (hombres y mujeres) hayan aumentado sus ritmos de trabajo; debido a que deben de realizar una diversidad de tareas al mismo tiempo, lo que ha ocasionado que estén expuestos a mayor tensión. Y más aún las mujeres, que por lo general desempeñan doble jornada: la de la casa y la del trabajo.

En términos generales, una vez analizados los resultados con mujeres en diferentes condiciones laborales, sociales, económicas y personales, se pudieron observar diferencias en el comportamiento de estos grupos de mujeres en cuanto a sus niveles de depresión, autoestima y acontecimientos productores de estrés, que permiten detectar aquellas mujeres más vulnerables respecto a dichas condiciones y sus diversas interacciones; para que, de esta forma, como parte de la práctica psicológica se puedan crear programas específicos de intervención, con el objetivo de que dichas mujeres puedan adaptarse a las situaciones actuales de vida con una mejor salud mental y una actitud positiva a las diversas realidades a las que están expuestas.

Referencias

- Allen, J., L. Coyne y J. Huntoon (1998). Complex Posttraumatic Stress Disorder in Women From a Psychometric Perspective. *Journal of Personality Assessment*, 79, 2, 277-298.
- Barnett, R. C., N. L. Marshall y J. D. Singer (1992). Job Experiences Overtime, Multiple Roles, and Women's Health:

- A longitudinal Study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 634-644.
- Brazelton, E., K. Greene. y M. Gynther (1996). Femininity, Depression and stress in college women. *Social Behavior and Personality*, 24, 4, 329-334.

- Caballo, V. E. (1994). The Scale of Stressful Life Events (SSLE). Spain: University of Granada.
- Díaz-Barriga, A. (1998). Los programas de evaluación (estímulos) en la comunidad de investigadores. Un estudio en la UNAM. En: A. Díaz- Barriga y Pacheco (Coords.). *Universitarios: institucionalización académica y evaluación pensamiento universitario*, 86, 37-52. México: UNAM/CESU.
- Galaz, F. (1999). Notas para una agenda de investigación sobre el académico en la educación superior mexicana. *Sociológica*, 41, 13-39.
- García, B. (1998). *Trabajo femenino y vida familiar en México*. México: El Colegio de México.
- Greene, B. (1994). Ethnic-minority lesbians and gay men: Mental health and treatment issues. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 62, 243-251.
- Krause, N. (1986). Stress and stress differences in depressive symptoms among older adults. *Journal of Gerontology*, 41, 727-731.
- Martínez-Sánchez, F. y M. S. Casado Morales (1999). Estrés y trastornos psicofisiológicos. Una revisión crítica. *Psicología Contemporánea*, 6, 1, 50-59.
- Mercado, A. (1996). *Relación de niveles de vacío existencial y depresión en mujeres (solteras, casadas y divorciadas) con hijos*. Tesis de Maestría no publicada. Facultad de Ciencias de la Conducta. Universidad Autónoma del Estado de México. México.
- Nolen- Hoeksema, S., J. Larson y C. Grayson (1999). Explaining the Gender Difference in Depressive Symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 5, 1061-1072.
- Rao, U., C. Hammen y S. Daley (1999). Continuity of Depression During the Transition to Adulthood: A 5 – Year Longitudinal Study of Young Women. *Journal of the American Academy of child and adolescent Psychiatry*, 38, 7, 908- 915.
- Smith, G., M. Gerard y F. Gibbons (1997). Self- Esteem and the Relation between Risk Behavior and Perceptions of Vulnerability to Unplanned Pregnancy in College Women. *Health Psychology*, 16, 2, 137-146.
- Sprock, J. y C. Y. Yoder (1997). Women and Depression: An Update on Report of the APA Task Force. Sex Roles. *Journal of Research*, 36, 5/6, 269-303.
- Thornton, B. y Leo R. (1992). Gender typing importance of multiple roles, and mental health consequences for women. *Sex Roles*, 27, 307-317.
- Valdez, J. L. (1994). *El autoconcepto del mexicano, estudios de validación*. Tesis de Doctorado no publicada. Universidad Nacional Autónoma de México. México, D.F.
- Vélez Bautista, G. (2001). *La mujeres eje potencial de desarrollo*. Toluca, México: Universidad Autónoma del Estado de México.
- Zung, W. W. (1965). A Self-rating depression scale. *Arch Gen Psychiatry*, 12, 63- 70.
- Zung, W. W. y C. A. Dhuram (1991). Self-rating depression scale. *Arch Gen Psychiatry*, 13, 508.