

UNIVERSIDAD IBEROAMERICANA



**NIVELES DE DEPRESIÓN, AUTOESTIMA Y ESTRÉS EN MUJERES QUE  
TIENEN UN TRABAJO REMUNERADO Y MUJERES QUE TIENEN UN  
TRABAJO NO REMUNERADO (AMAS DE CASA)**

**TESIS**

Que para obtener el grado de  
**DOCTORA EN PSICOLOGÍA**

Presenta

**JULIETA CONCEPCIÓN GARAY LÓPEZ**

**DIRECTOR DE TESIS**

**DR. JOSÉ LUIS VALDEZ MEDINA**

**LECTORES DE TESIS**

**DRA. MARTHA PATRICIA BONILLA MUÑOZ**

**DRA. AMPARO VICTORIO ESTRADA**

México, D. F.

2005

**AGRADECIMIENTOS**

**AL DR. JOSÉ LUIS VALDEZ MEDINA  
GRACIAS POR ANIMARME A INICIAR LA MARCHA  
Y COMBATIR LOS OBSTÁCULOS PARA AL FINAL  
LOGRAR MIS SUEÑOS**

**MUY ESPECIALMENTE A LA DRA. AMPARO VICTORIO ESTRADA  
UN PROFUNDO AGRADECIMIENTO POR SUS ACERTADAS  
ASESORÍAS**

**A LA DRA. MARTHA PATRICIA BONILLA MUÑOZ  
POR SU AMISTAD Y COMPRENSIÓN**

**A TODAS LAS MUJERES QUE HICIERON POSIBLE  
LA REALIZACIÓN DE ESTE TRABAJO**

**INDICE**

PORTADA	i
AGRADECIMIENTOS	ii
ÍNDICE	iii
RESUMEN	v
PRESENTACIÓN	viii
INTRODUCCIÓN	ix
MARCO TEÓRICO	1
CAPÍTULO I	2
1 DEPRESIÓN EN MUJERES	2
INTRODUCCIÓN	2
1. 1 ANTECEDENTES	5
1. 2 DEFINICIÓN	6
1. 3 TIPOS DE DEPRESIÓN	7
1. 4 FACTORES QUE FAVORECEN LA DEPRESIÓN EN MUJERES	13
1. 4.1. FACTORES BIOLÓGICOS	13
1. 4.2. FACTORES PSICOLÓGICOS	23
1. 4.3. FACTORES SOCIALES	26
CAPÍTULO II	34
2 AUTOESTIMA EN MUJERES	34
INTRODUCCIÓN	34
2. 1. ANTECEDENTES	35
2. 2 DEFINICIONES DE AUTOESTIMA	36
2. 3 FACTORES QUE DETERMINAN LA AUTOESTIMA	37
2. 4 NIVELES DE AUTOESTIMA	38
2. 5 AUTOESTIMA EN LA MUJER	41
CAPÍTULO III	58
3. ESTRÉS EN MUJERES	58
INTRODUCCIÓN	58
3. 1 DEFINICIONES	61

3.2 CAUSAS DE ESTRÉS	62
3.3 EL ESTRÉS Y LA MUJER	65
CAPÍTULO IV	78
4. MÉTODO	78
4.1 OBJETIVO	79
4.2 TIPO DE ESTUDIO	79
4.3 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	80
4.4 VARIABLES	81
4.5 DEFINICIÓN DE LA POBLACIÓN	83
4.6 DEFINICIÓN DE LA MUESTRA	83
4.7 HIPÓTESIS	83
4.8 INSTRUMENTOS	84
4.9 TRATAMIENTO ESTADÍSTICO	89
CAPÍTULO V	90
5.1 RESULTADOS	90
5.2 DISCUSIÓN	117
5.3 CONCLUSIONES	128
5.4 SUGERENCIAS	130
REFERENCIAS	132
ANEXOS	145

**RESUMEN**

Con la inserción de la mujer al ámbito laboral se le duplicaron los roles a esta, por un lado aquella que desempeña las labores propias del hogar como atender al esposo y la crianza y educación de los hijos y, por otro, aquella que trabaja fuera de la casa, debe de cumplir además de las tareas mencionadas anteriormente responsabilidades dependiendo de su tipo de trabajo, esta duplicación de roles puede hacerla más vulnerable ante la depresión, el estrés y a tener autoestima baja.

Por lo anterior el objetivo de la presente investigación fue estudiar dos grupos de mujeres: aquellas que tienen un trabajo remunerado y aquellas que tienen un trabajo no remunerado (amas de casa); para conocer las diferencias y la relación que hay con respecto de los niveles de depresión, autoestima y estrés. Se trabajó con una muestra conformada por 444 mujeres, de la ciudad de Toluca; de las cuales 229 tenían trabajo remunerado y las otras 215 tenían trabajo no remunerado. Se utilizó la Escala para la Auto-medición de la Depresión de ZUNG, la cual se publicó por primera vez en 1965, para medir la autoestima se empleó el instrumento de Autoconcepto real e ideal de Valdez (1994), Para medir el estrés se usó la Escala de Acontecimientos de Estrés de Caballo (1994).

De los resultados más relevantes encontrados en esta investigación 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 presentando estas últimas mayor puntaje en depresión; en relación con el estrés el grupo más vulnerable fueron las mujeres con una escolaridad de licenciatura o más y las mujeres casadas de la muestra mostraron más tendencia a la depresión.

Palabras Clave: Depresión, estrés, autoestima y género femenino.

## **ABSTRACT**

When the Woman began working, her roles duplicated. One of them would be the house hold chores as attending her husband and educating and raising her children. And the other the labor shores depending of her job responsibilities. So many tasks make the woman vulnerable to depression, stress and low self-esteem.

The above information has been the main reason for researching a group of women that do not have a job (house hold women) and another one in which women do have a job.

To know the relation and differences about depression, stress and self esteem levels.

We worked with a group formed by 444 women of Toluca city 229 had a remunerated job and 215 are dedicated only to house chores. To measure the depression the Zung scale was used (1965); for the self-esteem the instrument self-concept of Valdez (1994) was used, To obtain the stress scale the stress of Caballo was used (1994).

The most relevant results seen are the following: There is a difference about depression between women with remunerate job and women without remunerate job, the household women have a high bound. In relation to stress the women with college studies or more have high bound. The married women had more depression.

Keys words: depression, stress, self – esteem, women.

## PRESENTACIÓN

En la actualidad, la vida es tan agitada, existen tantos cambios, y la situación económica se torna difícil, por lo que la mujer requiere desempeñar varias actividades; por un lado, aquella que se dedica a su casa realiza labores propias del hogar, como atender al esposo, se ocupa de la crianza y educación de los hijos y, por otro, aquella que trabaja fuera de la casa, debe asumir múltiples roles como cumplir con las responsabilidades características de su trabajo, así como atender el hogar.

Estos dos grupos de mujeres desempeñan roles distintos, por tanto, es posible que sus respuestas ante la depresión, la autoestima y el estrés sean diferentes.

Es por esta razón que se requiere de estudios específicos para analizar el hecho de realizar roles diferentes puede favorecer o desfavorecer el estado emocional de las mujeres; por ello el propósito principal de esta investigación fue describir la relación entre niveles de depresión, autoestima y estrés en dos grupos de mujeres, aquellas que tienen un trabajo remunerado y aquellas que tienen un trabajo no remunerado (amas de casa).

Este estudio permitirá tener una visión más amplia de la mujer, y sobre todo de la mujer mexicana, puesto que trabajar con dos grupos diferentes de mujeres de la ciudad de Toluca dejará conocer los niveles que presentan en las variables mencionadas.

El marco teórico que sustentó esta investigación está conformado por tres capítulos; el primero, llamado “Depresión en mujeres”; el segundo, “Autoestima en mujeres” y el tercero, “Estrés en las mujeres”. Con los resultados obtenidos se realizaron los análisis estadísticos necesarios para observar cómo interactúan entre sí.

## INTRODUCCIÓN

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

Se ha encontrado que la mujer tiende a deprimirse más que el hombre. Esto se debe a diversas causas biológicas, sociales y psicológicas; por lo que, es muy importante realizar investigaciones con diferentes grupos de mujeres para determinar cuáles son los factores que más afectan a éstas. Dentro de los factores biológicos que más provocan la depresión femenina son los cambios hormonales; en relación con el proceso cognitivo las mujeres tienden a ser más reiterativas ante eventos negativos, acostumbran pensar repetidas veces aquello que les lastima, por lo que suelen ponerse más 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 (Kramlinger, 2002; Mercado, 1996; Nolen-Hoeksema, Larson y Grayson, 1999; Rao, Hammen y Daley, 1999; Sprock y Yoder, 1997).

La autoestima parece ser una variable mediadora entre las interacciones personales y el grado de depresión, en un estudio realizado por Smith, Gerard y Gibbons (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 depresión.

Por tanto, es importante establecer las relaciones entre los niveles de depresión y autoestima entre mujeres que tienen y no tienen hijos para ver cómo es su comportamiento frente a estas variables.

En una investigación realizada por Martínez Sánchez y Casado Morales (1999) se menciona que la diferencia de respuestas ante el estrés dependerá de la frecuencia, intensidad, y duración del estímulo estresante; esto permite hipotetizar que es posible observar un mayor nivel de estrés en las mujeres que trabajan fuera de casa en comparación con aquellas que solamente se dedican al hogar, ya que las que salen a trabajar fuera están sometidas con mayor frecuencia a más acontecimientos estresantes.

En un estudio escrito por Brazelton, Greene y Gynther (1996) también se detectó que en mujeres con una feminidad acentuada, es decir, aquellas que se dedican más a las labores propias del hogar tienen un menor nivel de estrés, pero mayor depresión. Y por el contrario, aquellas mujeres que adoptan roles masculinos, 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 tener niveles más bajos de depresión, por lo que Barnett, Marshall y Singer (1992) mencionan que esto tal vez se deba a que la mujer con mayores recursos económicos tiene mayor nivel de educación y un mejor locus de control interno.

Por lo anterior, en esta investigación se pretende comprobar si realmente las mujeres que trabajan fuera de casa y perciben un sueldo, tienen una autoestima alta y presentan mayores niveles de estrés y tienden a presentar niveles más bajos de depresión que las amas de casa.