



# Revista Electrónica de Psicología Iztacala



Universidad Nacional Autónoma de México

Vol. 23 No. 1

Marzo de 2020

## AUTOESTIMA EN PAREJAS HETEROSEXUALES EN LA ETAPA DE HIJOS PEQUEÑOS

Rocío Soria Trujano<sup>1</sup>, Rodrigo Antonio Elizalde Briseño<sup>2</sup> y Surinam Medina Mata<sup>3</sup>  
Facultad de Estudios Superiores Iztacala  
Universidad Nacional Autónoma de México

### RESUMEN

La autoestima es un importante indicador de bienestar. En muchos hogares no hay una distribución equitativa entre sexos de las labores domésticas. Tener hijos pequeños incrementa el trabajo doméstico y se puede relacionar con baja autoestima en algunas amas de casa. Mujeres con trabajo remunerado reportan mejor situación económica, incrementan sus redes sociales y su autoestima. El objetivo del presente estudio fue evaluar la autoestima en parejas heterosexuales en la etapa del ciclo vital de hijos pequeños (3 a 5 años de edad). Se evaluaron 300 parejas residentes de CDMX o área metropolitana. Se dividieron en dos muestras: 1) 150 parejas en las que ambos miembros eran activos laboralmente; y 2) 150 parejas en las que ellas eran amas de casa. Se empleó la Escala de Autoestima Rosenberg. Los datos indicaron que gran parte de la muestra total, alcanzó puntajes de una autoestima en nivel bajo o medio. No hubo diferencia estadística entre hombres y mujeres, tampoco entre mujeres con un trabajo remunerado y las amas de casa. El trabajo del hogar puede ser un factor que afecte la autoestima de las mujeres. Los problemas laborales y/o económicos pueden ser un factor para que los hombres se autoevalúen de manera negativa. Se sugiere evaluar estrés, depresión, relaciones de pareja y apoyo social.

**Palabras clave:** autoestima, pareja, actividad laboral, ciclo vital.

<sup>1</sup> Doctora en Psicología. Profesora Titular Área Psicología Clínica. FES Iztacala, UNAM [maroc@unam.mx](mailto:maroc@unam.mx)

<sup>2</sup> Egresado de la carrera de Psicología. FES Iztacala, UNAM [rodrigoelizalde95@gmail.com](mailto:rodrigoelizalde95@gmail.com)

<sup>3</sup> Licenciada en Psicología, egresada de la FES Iztacala, UNAM [surymedina2@gmail.com](mailto:surymedina2@gmail.com)

## SELF-ESTEEM IN HETEROSEXUAL COUPLES AT THE STAGE OF THE LIFE OF SMALL CHILDREN

### ABSTRACT

Self-esteem is an important indicator of well-being. In many homes, there is not equitable distribution of housework between sexes. The presence of small children increases the domestic work and this situation can be related to low self-esteem in housewives. Women with a remunerated work have reported that improves their economic situation, increases their social support networks and self-esteem. Thus, the objective of this study was to evaluate self-esteem in heterosexual couples at the life stage for young children (3 to 5 years of age). Three hundred couples were evaluated, residents of CDMX or metropolitan area. They were divided into two samples: 1) 150 couples in which both members were active at work; and 2) 150 couples in which women were housewives. The Rosenberg Self-Esteem Scale was used. The data indicated most of the women and men, reached scores of low or medium self-esteem level. No statistic differences between sexes and between women with paid work and housewives were detected. Homework can be a factor in women's self-esteem. Economic and work problems can be considered so that men self-assess in a negative way. Evaluate stress, depression, couple relationship and social support is suggested.

**Key words:** self-esteem, couple, work activity, life cycle.

Actualmente, hay una importante participación laboral femenina notándose que el papel tradicional de las mujeres ha cambiado, de manera que hay muchas de ellas que desempeñan un rol productivo y uno tradicional como amas de casa, realizando una doble jornada de trabajo. Ellas son las principales encargadas de las labores que implica un hogar y del cuidado y educación de los hijos, notándose cambios en la distribución entre géneros, de las responsabilidades familiares, que se van dando de manera paulatina. No obstante, trabajar fuera del hogar, aunque represente cumplir con una doble jornada de trabajo, ha cambiado la calidad de vida de muchas mujeres, debido a que pueden, en muchos casos, incrementar sus redes sociales, así como su estatus social, habiendo la oportunidad de un desarrollo de tipos profesional y personal, pero puede ser que existan consecuencias negativas al descuidar a la familia. Álvarez y Gómez (2011), presentan datos que indican que las mujeres que manifiestan conflictos trabajo-familia, hacen alusión al deterioro de su salud y señalan conflictos interpersonales. Heller (2011), refiere ante el dilema entre trabajo y familia, que algunas mujeres lo resuelven delegando sus tareas del hogar

y de cuidado de los hijos, en familiares y/o personal doméstico, siendo por lo general, del sexo femenino. Amaya, Pelcastre, Márquez y Juárez (2012), expresan que también en población indígena, se puede observar que muchas mujeres se han insertado al campo laboral, debido a las situaciones precarias en las que viven; sin embargo, en sus familias prevalece la tradición de género, adjudicándoles a ellas las tareas del hogar y de cuidado de los hijos, teniendo así acumulación de roles. Realizaron un estudio en muestras de mujeres indígenas de México, en los Estados de Guerrero y Oaxaca, encontrando que este sector femenino señaló que tenía sentimientos de culpa porque consideraba que no cumplía plenamente con sus obligaciones de género, principalmente en cuanto al cuidado de sus hijos. Sin embargo, las mujeres indígenas argumentaron que su trabajo remunerado tuvo efectos positivos en ellas tales como independencia financiera, más redes sociales e incremento de su autoestima.

Jiménez, Mondragón y González-Forteza (2007), argumentan que la autoestima es un indicador de bienestar psicológico y en un nivel alto, se considera como un factor protector de la salud mental.

Rosenberg (1965), y Rosenberg Schooler, Schoenbach y Rosenberg (1995), consideran que la autoestima es el sentimiento que un individuo tiene hacia sí mismo, basándose en sus propias características. Masso (2001), menciona que la autoestima se refiere a la percepción que un individuo tiene de sí mismo y a la valoración que se hace en función de esa percepción, pudiendo ser negativa o positiva. López, Fernández y Márquez (2008), opinan que la autoestima es el concepto que una persona tiene de sí mismo, en cuanto a sus competencias, logros, roles, metas y objetivos alcanzados. Orosco (2015), argumenta que la autoestima tiene que ver con las actitudes del individuo hacia sí mismo. En las actitudes se incluyen los afectos y los sentimientos; las actitudes están integradas por factores cognoscitivos, afectivos, emotivos y conductuales. Por su parte, Villavicencio y Rivero (2014), señalan que la autoestima consiste en saberse capaz y útil. Zenteno (2017), afirma que la autoestima es un conjunto de sentimientos y sensaciones con respecto a uno mismo, resultado de las experiencias que se van teniendo, y que pueden ser positivos o negativos; añade que los individuos interpretan sus vivencias

con base en estos sentimientos y sensaciones y ello influye en áreas tales como la personal, la profesional, la laboral y la social. Esta misma autora argumenta que la autoestima es la forma en la que uno se percibe a sí mismo y que se articula con base en tres componentes:

- 1) Cognitivo que es la descripción de sí mismo en las diferentes dimensiones de la vida: opiniones, ideas, sobre uno mismo.
- 2) Afectivo que es el juicio de valor de las cualidades de uno mismo; la respuesta afectiva ante ello.
- 3) Conductual que hace referencia a las acciones del individuo con base en la opinión que tiene de sí mismo.

La autoestima es un importante indicador de bienestar. Su estabilidad varía según la etapa del ciclo vital: es baja en la infancia, aumenta en la adolescencia y primeros años de la juventud, para luego bajar su nivel en la edad madura y en la vejez (Trzesniewski, Donnellan y Robins, 2003). Moreno y Marrero (2015) y Puskar *et al* (2010), han analizado las diferencias entre sexos en cuanto a autoestima, estableciendo que las mujeres muestran un nivel más bajo que los hombres. Hay datos con base en los cuales se ha señalado que las mujeres puntúan significativamente más bajo; no obstante, en la edad adulta mejoran, aunque en general, manifiestan un nivel más bajo que los varones; los perfiles de ellos son similares en la adolescencia y en la etapa adulta (Facio, Rosett, Mistrorigo, Micocci y Yoris, 2007). Esta diferencia en los niveles de autoestima, se nota principalmente en la adolescencia y un factor para ello es el tipo de socialización que recibe cada sexo, resaltando la formación de los varones en la autonomía, autoconfianza e independencia, y la de las mujeres en la expresión emocional y la dependencia, lo que puede asociarse con autoestima baja y posición subordinada (Díaz-Loving, Rocha y Rivera, 2007; Matud, 2008; Rocha, 2009). La autoestima, tanto en mujeres como en hombres, se ha correlacionado con la depresión. Un nivel alto de autoestima se relaciona con mejor salud mental y un bajo nivel se asocia a depresión (Góngora y Casullo, 2009). Mientras más alto sea el nivel de autoestima,

se han encontrado datos que revelan que es menor la ideación suicida y la depresión, estableciéndose que la autoestima puede ser un factor protector ante estas conductas (Andrade y Gonzáles, 2017; (Ceballos, Suárez, Suescún, Gamorra, González y Sotelo, 2015). Londoño y González (2016), han observado un mayor nivel de depresión, si se reporta una imagen de sí mismo más negativa. Por su parte, Goñi, Fernández e Infante (2012), indican que los puntajes más bajos de autoestima en mujeres, podrían estar relacionados con el hecho de que el sexo femenino es más propenso a grados más elevados de ansiedad y depresión.

El estado civil es otra variable asociada a la autoestima pues se ha observado que ésta puede bajar su nivel en los casos de personas solteras, separadas o divorciadas. Borrero (2011), ha obtenido datos que indican que las personas casadas con un buen funcionamiento familiar, presentan mejor nivel de autoestima. También el número de hijos se relaciona, notándose que las mujeres que no los tienen y las que tienen más de dos, se valoran más negativamente, reportando menos confianza en sí mismas (Matud, 2004). Algunas mujeres señalan que han sacrificado sus propios intereses, deseos y profesión, para dedicarse al hogar y al cuidado de los hijos, lo que las hace valorarse negativamente (Valsamma, 2006). Muchas veces ambos miembros de una pareja son activos laboralmente y generan ingresos económicos; no obstante, cuando tienen a su primer hijo, la mujer deja de trabajar y se queda en el hogar a fungir como ama de casa y madre, de tiempo completo, formando así una familia tradicional. Hay desigualdad entre sexos en el sentido de que la vida profesional y la laboral de la mujer, se consideran de menor importancia; él es proveedor y ella asume las funciones reproductoras y de trabajo doméstico. Otros estudios demuestran que algunas mujeres amas de casa pueden tener baja autoestima debido a la carga de trabajo doméstico y la rutina del mismo, señalando cansancio y mala calidad de vida, considerando que su trabajo en el hogar es obligatorio, y sin remuneración económica, lo cual afecta sus relaciones interpersonales (Borbor, 2015). A pesar de ello, en muchas familias, las mujeres consideran que deben desempeñar un rol tradicional de amas de casa y madres, teniendo un esposo proveedor, con poder de decisión, a pesar de que muchas de ellas desempeñen una doble jornada de trabajo: hogar y empleo asalariado

(Martínez, Carrasco, Aza y Espinar, 2009). Montesó (2014) y Matud (2009), argumentan que las mujeres que trabajan fuera del hogar mejoran su situación económica, incrementan sus redes sociales y su autoestima; no obstante, en las zonas urbanas, muchas de ellas han perdido el apoyo de la familia extensa, por lo que están aisladas, y ello puede causarles estrés, depresión y baja autoestima, debido a la distribución inequitativa de las tareas del hogar. Sánchez, Sánchez y Dresch (2009), llevaron a cabo un estudio dirigido al análisis de la participación de los varones en las tareas del hogar y del cuidado de los hijos y sus datos señalaron que dedicaban menos tiempo que las mujeres para el desempeño de las labores hogareñas, pero los más jóvenes participaban un poco más en el cuidado de los hijos, sin importar el número ni la edad de estos. Los hombres reportaron que las labores domésticas eran tediosas y que no producen satisfacción. Además, esta investigación arrojó datos que indican que cuando las mujeres se encargan de las tareas domésticas y cuidado de los hijos, los varones están más satisfechos y perciben mejor salud.

Así, surgió el interés por realizar el presente estudio cuyo objetivo general fue evaluar la autoestima en parejas heterosexuales en la etapa del ciclo vital correspondiente a los hijos pequeños (3 a 5 años).

Los objetivos particulares fueron los siguientes:

- 1) Medir la autoestima en parejas de hombres y mujeres (casados o en unión libre), en la etapa del ciclo vital de hijos pequeños, en las que ambos miembros fuesen activos laboralmente.
- 2) Analizar la posible diferencia entre sexos.
- 3) Analizar la posible coincidencia de nivel de autoestima en cada una de las parejas participantes activas laboralmente.
- 4) Medir la autoestima en parejas de hombres y mujeres (casados o en unión libre), en la etapa del ciclo vital de hijos pequeños, en las que ellos fuesen activos laboralmente y ellas inactivas laboralmente (amas de casa).
- 5) Analizar la posible diferencia entre sexos.

- 6) Analizar la posible coincidencia de nivel de autoestima en cada una de las parejas participantes en las que las mujeres fuesen inactivas laboralmente.
- 7) Analizar la posible diferencia entre mujeres activas e inactivas laboralmente.

## MÉTODO

Diseño:

Estudio exploratorio descriptivo

Participantes:

Se evaluaron 300 parejas heterosexuales (600 individuos), casadas o en unión libre, con hijos pequeños (3 o 5 años de edad), residentes de la Ciudad de México o del área metropolitana. Se formaron las siguientes muestras:

- 1) 150 parejas en las que ambos miembros fuesen activos laboralmente.
- 2) 150 parejas en las que los hombres fuesen activos laboralmente y las mujeres inactivas laboralmente (amas de casa).

La edad media para las mujeres fue de 29 años y la de los hombres fue de 32 años. Se les contactó por vía vecinal, de amistades o familiares, siendo la muestra no probabilística, de tipo intencional, ya que se requerían participantes con características específicas. Recibieron información completa con respecto a los objetivos de la investigación, del instrumento a emplearse y de la forma en la que sería su participación, de manera que pudiera contarse con su consentimiento informado. Además, se hizo del conocimiento de los participantes, que los datos obtenidos en la investigación podrían ser presentados en eventos científicos y/o publicados en revistas especializadas, respetando su anonimato.

Instrumentos:

Escala de Autoestima Rosenberg (1995). Consta de 10 ítems con opciones de respuesta tipo Likert: “muy de acuerdo”, “de acuerdo”, “en desacuerdo”, y “muy en desacuerdo”. Se obtienen los siguientes niveles: bajo, medio o normal.

**Procedimiento:**

Se aplicó el instrumento de manera individual, en el hogar o lugar de trabajo de los participantes. Se pidió que leyeran las instrucciones y expresaran si existía alguna duda para aclararla, de no ser así, se procedía a contestar los reactivos.

**Análisis de datos:**

Se obtuvieron datos porcentuales y se aplicó la prueba estadística t de Student para realizar las comparaciones de interés.

**RESULTADOS**

Los datos porcentuales obtenidos indicaron que la mayoría de los participantes de la muestra total alcanzó puntajes de autoestima a nivel medio y una proporción considerable señaló tener una autoestima baja. Fueron pocos los casos que se detectaron con nivel normal (ver tabla 1).

AUTOESTIMA MUESTRA TOTAL DE PARTICIPANTES		
Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Baja	266	44.3
Media	320	53.3
Normal	14	2.4
Total	600	100

Tabla 1. Frecuencias y porcentajes de niveles de autoestima en la muestra total de participantes.

En cuanto a la comparación entre sexos de la muestra total, se pudo observar que los porcentajes alcanzados por hombres y mujeres, en los tres niveles de autoestima, fueron similares, volviendo a encontrarse más casos de nivel medio, aunque adquiere relevancia el nivel bajo. Una vez más, fueron pocos los participantes mujeres y varones, que reportaran una autoestima normal (ver tabla 2).



AUTOESTIMA POR SEXOS MUESTRA TOTAL				
	MUJERES		HOMBRES	
Niveles	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Baja	132	44	134	44.6
Media	162	54	158	52.7
Normal	6	2	8	2.7
Total	300	100	300	100

Tabla 2. Frecuencias y porcentajes de niveles de autoestima por sexos.

Al analizar los datos porcentuales de la muestra de parejas en las que ambos miembros trabajaban fuera del hogar, se pudo observar que la mayoría alcanzó una autoestima a nivel medio, habiendo casi la mitad de la muestra con casos en nivel bajo. El porcentaje de parejas con nivel normal fue muy bajo (ver tabla 3).

AUTOESTIMA MUESTRA PAREJAS AMBOS TRABAJAN		
Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Baja	130	43.3
Media	165	55
Normal	5	1.7
Total	300	100

Tabla 3. Frecuencias y porcentajes de niveles de autoestima en la muestra de parejas en las que ambos miembros trabajan.

La comparación porcentual entre hombres y mujeres de las parejas con ambos miembros activos laboralmente, marcó que la frecuencia de unos y de las otras, son similares en los tres niveles de autoestima, destacando la frecuencia en el nivel medio (ver tabla 4).

AUTOESTIMA POR SEXOS MUESTRA PAREJAS AMBOS TRABAJAN				
	MUJERES		HOMBRES	
Niveles	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Baja	64	42.7	66	44
Media	83	55.3	82	54.7
Normal	3	2	2	1.3
Total	150	100	150	100

Tabla 4. Frecuencias y porcentajes de niveles de autoestima por sexos, en las parejas en las que ambos miembros trabajan.

En la muestra de parejas en las que él era activo laboralmente y ella inactiva, se obtuvieron datos similares a la muestra de parejas en las que ambos miembros trabajaban (ver tabla 5).

AUTOESTIMA MUESTRA PAREJAS SOLAMENTE ÉL TRABAJA		
Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Baja	136	45.3
Media	155	51.7
Normal	9	3
Total	300	100

Tabla 5. Frecuencias y porcentajes de niveles de autoestima en la muestra de parejas en las que solamente él trabaja.

Posteriormente, las frecuencias y porcentajes para hombres y mujeres en la muestra de parejas con el varón activo laboralmente, permiten observar que los participantes alcanzaron un nivel bajo o medio de autoestima, con datos muy parecidos entre sexos (ver tabla 6).

AUTOESTIMA POR SEXOS MUESTRA PAREJAS SOLAMENTE ÉL TRABAJA				
	MUJERES		HOMBRES	
Niveles	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Baja	68	45.3	68	45.3
Media	79	52.7	76	50.7
Normal	3	2	6	4
Total	150	100	150	100

Tabla 6. Frecuencias y porcentajes de niveles de autoestima por sexos en la muestra de parejas en las que solamente él trabaja.

Finalmente, los datos arrojados en las muestras de mujeres con un trabajo remunerado y de amas de casa, manifestaron similitudes, destacando el nivel medio de autoestima y resaltando también el nivel bajo (ver tabla 7).

AUTOESTIMA MUJERES ACTIVAS E INACTIVAS LABORALMENTE				
	MUJERES ACTIVAS		MUJERES INACTIVAS	
Niveles	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Baja	64	42.7	68	45.3
Media	83	55.3	79	52.7
Normal	3	2	3	2
Total	150	100	150	100

Tabla 7. Frecuencias y porcentajes de niveles de autoestima en la muestra de mujeres activas y en la de mujeres amas de casa.

En lo que respecta a las coincidencias en los niveles de autoestima en las parejas en las que ella era ama de casa, se identificaron 3 casos en los que la mujer alcanzó un nivel normal pero el esposo/pareja puntuó para un nivel bajo; se obtuvieron 2 casos en los que el hombre tuvo un nivel normal y ella uno medio, por lo que se puede decir que no se detectaron coincidencias.

En cuanto al nivel medio, se registraron varias coincidencias, es decir, que ambos miembros de la pareja tenían el mismo nivel de autoestima, también se presentaron

algunas para el nivel bajo. En el resto de los casos, ambos miembros de la pareja tenían niveles diferentes.

Para la muestra en la que ambos miembros de la pareja llevaban a cabo un trabajo remunerado, se encontraron 3 casos en los que ella tuvo un nivel normal de autoestima, pero en 2 de éstos, el esposo/pareja tuvo un nivel bajo, y en el otro caso, el nivel alcanzado fue medio. Se pudo observar que se obtuvieron 6 casos en los que el varón tuvo nivel normal, 4 de los cuales correspondieron a esposas con nivel bajo y 2 con nivel medio. No se obtuvieron coincidencias, pero sí para varias parejas en los niveles medio y bajo. En el resto de las díadas, ambos miembros tenían niveles diferentes (ver tabla 8).

COINCIDENCIAS AUTOESTIMA PAREJAS ELLAS AMAS DE CASA		COINCIDENCIAS AUTOESTIMA PAREJAS AMBOS TRABAJAN	
Nivel	# Casos	Nivel	# Casos
Normal	0	Normal	0
Medio	51	Medio	47
Bajo	34	Bajo	36
Total	85	Total	83

Tabla 8. Muestra la frecuencia de casos en los que el nivel de autoestima alcanzado por cada miembro de la pareja coincidía, en ambas muestras.

Por otro lado, los análisis estadísticos indicaron que cuando se comparó la muestra en la que la esposa/pareja era ama de casa contra la muestra en la que ambos miembros de la pareja se desempeñaban laboralmente, no se encontró diferencia estadística significativa:  $t_{598} = -.151$   $p > .05$

Asimismo, no se estableció una diferencia significativa entre sexos en la muestra en la que la esposa/pareja era ama de casa:  $t_{298} = .313$   $p > .05$  Tampoco hubo diferencia significativa entre sexos en la muestra en la que ambos miembros de la pareja eran activos laboralmente:  $t_{298} = -.328$   $p > .05$

Finalmente, el análisis de comparación entre mujeres amas de casa contra mujeres con un trabajo remunerado, no arrojó diferencia significativa:  $t_{298} = .432$   $p > .05$

## CONCLUSIONES

Los datos obtenidos en el presente estudio indicaron que casi la mitad de la muestra total, alcanzó puntajes de una autoestima baja, y un poco más de la mitad, una autoestima media. Muy pocos participantes señalaron tener un nivel normal. Con base en los datos por sexo se pudo observar algo similar, notándose que no hubo diferencia entre hombres y mujeres. En la muestra de parejas en las que ambos miembros desempeñaban un trabajo remunerado, se mantuvo la misma tendencia, advirtiéndose que no hubo diferencia entre sexos. Esto mismo sucedió en la muestra de parejas en las que solamente el participante masculino era activo laboralmente. Examinando los datos correspondientes a las muestras de mujeres que desempeñaban un trabajo remunerado y las mujeres amas de casa, se notó que también la mayoría de ellas reportó un nivel medio de autoestima y que muchas alcanzaron un nivel bajo. Estos datos son similares a los encontrados por Saldaña, Carrión, Gutiérrez, Echerri y Hernández (2019) en cuanto a que no detectaron diferencias entre mujeres que tenían un trabajo remunerado y las amas de casa, sin embargo, en ese estudio resaltó que la mayoría indicó un nivel normal de autoestima, resultados diferentes en este aspecto, a los obtenidos en el presente estudio en el que predominaron los niveles bajo y medio de esta variable, datos que tampoco concuerdan con los obtenidos en otros estudios en los que se expone que el hecho de desempeñar varios roles, aunque implique muchas horas de esfuerzo, ha sido correlacionado con más alta autoestima en las mujeres que llevan a cabo un trabajo remunerado además de realizar labores del hogar y cuidado de los hijos, aunque éstos sean pequeños y requieran más atención y con ello las mujeres se sientan muy estresadas; mientras que se ha correlacionado el desempeño de ama de casa con puntuaciones bajas de autoestima (Heller, 2011; Loli, et al., 2014).

Para muchas mujeres, trabajar fuera del hogar rompe el aislamiento social y mejora su bienestar tanto físico como emocional, cuando logran una conciliación entre la vida familiar y la laboral, lo que les permite realizar una doble jornada de trabajo a pesar de que presenten agotamiento (Gaxiola, 2014; Lazarevich y Mora, 2008; Rodríguez de Ávila, Trillos y Baute, 2014). La incorporación de muchas mujeres al campo laboral ha transformado a la familia tradicional y las enfrenta a la

contradicción entre su vida familiar y su vida laboral que en ocasiones significa su realización profesional; muchas consideran que no rinden bien en su trabajo remunerado y piensan que están descuidando su hogar y a sus hijos, etiquetándose como madres que no cumplen con su rol como debiera ser. Un factor que está detrás de esto es la inequidad en la distribución de las responsabilidades familiares y sociales entre hombres y mujeres. Los datos obtenidos en el presente estudio hacen considerar el hecho de que los participantes varones tal vez no jugaran un papel importante en la realización de trabajo doméstico y de cuidado de los hijos y esta situación puede afectar la autoestima de ellas. Donoso, Figueroa y Rodríguez (2013) argumentan que a pesar de que las mujeres realicen un trabajo fuera de casa y aporten económicamente para la manutención de la familia, no se han producido los cambios estructurales familiares en el ámbito del hogar, implicando que ellas ejecuten varios roles de manera simultánea, pudiendo con ello dificultar su desempeño en todos ellos, sobre todo si su autoestima es baja, surgiendo el conflicto madre-esposa-trabajadora.

Por otro lado, las amas de casa efectúan un trabajo rutinario y desgastante, durante muchas horas al día; algunas tienen que separarse del ámbito laboral en el momento en que tienen a su primer hijo; otras no pueden ejercer su profesión por dedicarse al hogar. Esta situación puede provocar que tengan una percepción negativa de sí mismas.

En el caso de los hombres, quienes también reportaron un nivel bajo o medio de autoestima, pudiese considerarse el factor laboral-económico para que se autoevalúen de manera negativa. El estrés y la depresión pueden ir de la mano de una baja autoestima. También hay casos en los que los varones no ejercen su profesión debido a la escasez de empleo y por ello realizan actividades laborales que los hacen sentir insatisfechos; algunos desempeñan dos trabajos para poder cubrir los gastos familiares y otros laboran más de 8 horas diarias; todo esto los expone a situaciones de vida estresantes y puede afectar su autoestima. Fernández (2013) afirma que los varones que dedican gran parte del tiempo a su empleo para obtener los recursos económicos que se requieren para mantener a la familia, y que

permanecen pocas horas en casa, posponen, alteran o renuncian, muchas veces, a algunas metas e intereses, así como a lo referente a la convivencia con los hijos. Por otro lado, es importante llevar a cabo estudios en los que se analice el apoyo social recibido por parte de miembros de las familias de origen y extensa. Hoy en día, en las zonas urbanas, es frecuente encontrar familias nucleares, alejadas de sus parientes, lo que afecta las redes sociales de apoyo. Hay que tener presente que la autoestima repercute en la satisfacción de las relaciones interpersonales, en el trabajo y en la salud tanto física como psicológica (González y Josefa, 2017; Rodríguez, Ramos, Rosa, Fernández y Revuelta, 2016). Lazarevich, Delgadillo, Mora y Martínez (2014) opinan que resulta importante la construcción de la autoestima desde la niñez pues puede ser un recurso valioso para evitar depresión, para el manejo del estrés, y para incrementar la autonomía. Además, es una variable mediadora en la salud (Sánchez, Sánchez y Aparicio, 2011). Se sugiere evaluar estrés, apoyo social y relaciones de pareja.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Álvarez, A. y Gómez, I. (2011). Conflicto trabajo-familia, en mujeres profesionales que trabajan en la modalidad de empleo. *Pensamiento Psicológico*, 9 (16), 89-106. Recuperado de: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_isorefypid=S1657-896120110000100007yInq=enytInq=enynrm=ISO](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_isorefypid=S1657-896120110000100007yInq=enytInq=enynrm=ISO)>
- Amaya, C., Pelcastre, B., Márquez, M. y Juárez, C. (2012). *Género y trabajo: experiencia de las prestadoras de las casas de salud de mujeres indígenas de Guerrero y Oaxaca*. Instituto Nacional de Salud Pública. Recuperado de: [https://www.scielosp.org/scielo.php?pid=S1413-81232012000300020yscript=sci\\_arttextytInq=pt](https://www.scielosp.org/scielo.php?pid=S1413-81232012000300020yscript=sci_arttextytInq=pt)
- Andrade, J. A. y Gonzáles, J. (2017). Relación entre riesgo suicida, autoestima, desesperanza y estilos de socialización parental en estudiantes de bachillerato. *Psicogente*, 20 (37), 70-88. Recuperado de: <http://doi.org/10.17081/psico.20.37.2419>
- Borbor, M. I. (2015). *La dependencia emocional y su incidencia en la autoestima del ama de casa de 20 a 30 años del Barrio La Concepción de la Parroquia Santa Rosa, Cantón Salinas, Provincia de Santa Elena Período 2014-2015*. Tesis de Licenciatura. Universidad Estatal Península de Santa Elena. Facultad de Ciencias Sociales y de Salud. Escuela de

Salud. Carrera de Psicología. Recuperado de:  
[repositorio.upse.edu.ec/handle/46000/2159](http://repositorio.upse.edu.ec/handle/46000/2159)

Borrero, A. (2011). ***El funcionamiento familiar y la autoestima según el estado civil de las parejas heterosexuales puertorriqueñas***. Tesis Doctoral. Universidad del Turabo, Facultad de Psicología, Puerto Rico. Recuperado de:  
<https://search.proquest.com/openview/987562ac1eb5bb2f50ed29e4846c558a/1?pq-origsite=gscholarycbl=18750ydiss=y>

Ceballos, G., Suárez, Y., Suescún, J., Gamarra, L., González, K. y Sotelo, A. (2015). Ideación suicida, depresión y autoestima en adolescentes escolares de Santa Marta. ***Revista Duazary***, 12 (1), 15-22. Recuperado de: Dialnet-Ideacion\_SuicidaDepresionyAutoestimaEnAdolescentesE-5053066pdf

Díaz-Loving, R., Rocha, T. y Rivera, S. (2007). ***La instrumentalidad y la expresividad desde una perspectiva psico-sociocultural***. México: Porrúa.

Donoso, T., Figueroa, P. y Rodríguez, M. L. (2013). Mujeres y mercado laboral: un desencuentro permanente. ***Diposit Digital***. Universitat de Barcelona. Recuperado de:  
[diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/34756/1/MUJERES%20Y%20MERCADO%20LABORAL.pdf](http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/34756/1/MUJERES%20Y%20MERCADO%20LABORAL.pdf)

Facio, A., Rosett, S., Mistrorigo, C., Micocci, F. y Yoris, A. (2007). ***Aspectos negativos del autoconcepto en adolescentes y mujeres jóvenes argentinas***. Trabajo presentado en las XIV Jornadas de Investigación y Tercer Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur. Universidad de Buenos Aires, Facultad de Psicología, Argentina. Recuperado de: <https://www.aacademica.org/000-073/208.pdf>

Fernández, L. (2013). ***Significados de la transición a la paternidad: Análisis psicocultural de las narrativas expresadas por hombres que la atraviesan por primera vez en un grupo de apoyo online estadounidense***. Tesis de Doctorado en Intervención Psicosocial. Universitat de Barcelona, Facultad de Psicología. Recuperado de:  
[diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/44864/1/LFN\\_TESIS.pdf](http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/44864/1/LFN_TESIS.pdf)

Gaxiola, E. (2014). Bienestar psicológico y desgaste profesional (DP) en amas de casa docentes universitarias. ***Journal Behavior Health y Social Issues***, 6 (1), 79-88. Recuperado de:  
[www.revistas.unam.mx/index.php/jbhsi/article/view/48527/43606](http://www.revistas.unam.mx/index.php/jbhsi/article/view/48527/43606)

Góngora, V. y Casullo, M. (2009). Factores protectores de la salud mental: Un estudio comparativo sobre valores, autoestima e inteligencia emocional en población clínica y población general. ***Interdisciplinaria***, 26 (2), 183-205. Recuperado de:



[http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1668-70272009000200002](http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1668-70272009000200002)

- González, J. A. y Josefa, R. (2017). Determinantes sociodemográficos y personales del bienestar subjetivo y psicológico en población mexicana. **Suma Psicológica**, 24, (1), 59-66. Recuperado de: [www.scielo.org.co/pdf/sumps/v24n1/0121-4381-sumps-24-01-00059.pdf](http://www.scielo.org.co/pdf/sumps/v24n1/0121-4381-sumps-24-01-00059.pdf)
- Goñi, E., Fernández, A. e Infante, G. (2012). El autoconcepto personal: diferencias asociadas a la edad y al sexo. **Aula Abierta**, 40 (1), 38-50. Recuperado de: [dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3791853](http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3791853)
- Heller, L. (2011). Mujeres en la cumbre corporativa: el caso de la Argentina. **Revista del Centro de Estudios de Sociología del trabajo**, 1-28. Recuperado de: [ojs.econ.uba.ar/ojs/index.php/CESOT/article/view/514](http://ojs.econ.uba.ar/ojs/index.php/CESOT/article/view/514)
- Jiménez, A., Mondragón, L. y González-Forteza, C. (2007). Self-esteem, depressive symptoms, and suicidal ideation in adolescents: Results of three studies. **Salud Mental**, 30 (5), 20-26. Recuperado de: [inprf-cd.gob.mx/pdf/sm3005/sm300520.pdf](http://inprf-cd.gob.mx/pdf/sm3005/sm300520.pdf)
- Lazarevich, I., Delgadillo, H., Mora, F. y Martínez, A. (2014). Depresión, autoestima y características de personalidad asociadas al género en estudiantes rurales de México. **Revista Alternativas en Psicología**, 17 (29), 44-57. Recuperado de: [pepsic.bvsalud.org/pdf/alpsi/v17n29/n29a04.pdf](http://pepsic.bvsalud.org/pdf/alpsi/v17n29/n29a04.pdf)
- Lazarevich, I. y Mora, F. (2008). Depresión y género: Factores psicosociales de riesgo. **Segunda Época**, 1 (4). Recuperado de: [http://148.206.107.15/biblioteca\\_digital/articulos/4-383-5776jlb.pdf](http://148.206.107.15/biblioteca_digital/articulos/4-383-5776jlb.pdf)
- Loli, A., Arias, F., Del Carpio, J., Arce, J., Reyes, M. y Anyaco, N. (2014). El esfuerzo laboral, la autoestima y la salud mental en mujeres trabajadoras de Lima Metropolitana. **Revista IIPSI**, 17 (1), 139-155. Recuperado de: [revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/8976/7804](http://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/8976/7804)
- Londoño, C. y González, M. (2016). Prevalencia de depresión y factores asociados en hombres. **Acta Colombiana de Psicología**, 19 (2), 315-329. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79847072013>
- López, B., Fernández, I. y Márquez, M. (2008). Educación emocional en adultos y personas mayores. **Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa**, 6 (2), 501-522. Recuperado de: <http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/viewFile/2779/1814>
- Martínez, P., Carrasco, M. J., Aza, G. y Espinar, I. (2009). Género, empleo y maternidad: Análisis comparativo de mujeres con trabajo remunerado y amas de casa. **Cuestiones de Género: de la igualdad a la diferencia**, 4, 217-242. Recuperado de:

buleria.unileon.es/bitstream/handle/10612/7965/3813-11866-1-PB.pdf?sequence=1

- Masso, F. (2001). **Valores y autoestima**. Madrid: Eneida. Recuperado de: <http://www.iberlibro.com/Ponte-vivir-valores-autoestima-Massó-Manuel/4878416997/bd>
- Matud, P. (2004). Autoestima en la mujer: Un análisis de su relevancia en la salud. **Avances en Psicología Latinoamericana**, 22 (1), 129-140. Recuperado de: <https://revistas.urosario.edu.co/index.php/apl/article/view/1464/1337>
- Matud, P. (2008). Género y salud. **Suma Psicológica**, 15 (1), 75-94. Recuperado de: [www.redalyc.org/service/redalyc/downloadPdf/1342/134212604003/1](http://www.redalyc.org/service/redalyc/downloadPdf/1342/134212604003/1)
- Matud, P. (2009). Roles sexuales y salud mental en una muestra de la población general española. **Salud Mental**, 32 (1), 53-58. Recuperado de: [www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0185-3325200900000007](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-3325200900000007)
- Montesó, P. (2014). La construcción de los roles de género y su relación con el estrés crónico y la depresión en las mujeres. **Comunitaria. Revista Internacional de Trabajo Social y Ciencias Sociales**, 8. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.5944/comunitaria.8.6>
- Moreno, Y. y Marrero, R. (2015). Optimismo y autoestima como predictores de bienestar personal: diferencias de género. **Revista Mexicana de Psicología**, 32 (1), 27-36. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=243045363004>
- Orosco, C. (2015). Depresión y autoestima en adultos mayores institucionalizados y no institucionalizados en la ciudad de Lima. **Persona**, 18, 91-104. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147143428004>
- Puskar, K., Bernardo, L., Ren, D., Haley, T., Tark, K., Switala, J. y Siemon, L. (2010). Self-esteem and optimism in rural youth: gender differences. **Contemporary Nurse**, 34 (2)190-198. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.5172/conv.2010.34.2.190>
- Rocha, T. (2009). Desarrollo de la identidad de género desde una perspectiva psico-sociocultural: un recorrido conceptual. **Interamerican Journal of Psychology**, 43 (2), 259-269. Recuperado de: [www.redalyc.org/articulo.oa?id=28412891006](http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28412891006)
- Rodríguez, A., Ramos, E., Ros, I., Fernández, A. y Revueltas, L. (2016). Bienestar subjetivo en la adolescencia: el papel de la resiliencia, el autoconcepto y el apoyo social. **Suma Psicológica**, 23 (1), 60-69. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=134245262008>
- Rodríguez de Ávila, U., Trillos, L. y Baute, V. (2014). Caracterización del síndrome de Burnout en amas de casa residentes en el barrio Rodrigo de Bastidas de

[la ciudad de Santa Marta, Colombia. \*Psicogente\*, 17 \(32\), 431-441. Recuperado de: \[www.scielo.org.co/pdf/psico/v17n32/v17n32a14.pdf\]\(http://www.scielo.org.co/pdf/psico/v17n32/v17n32a14.pdf\)](#)

- Rosenberg, M. (1965). ***Society and the adolescent self-image***. Princeton: Princeton University Press. Recuperado de: doi: 10.2307/2575639
- Rosenberg, M., Schooler, C., Schoenbach, C. y Rosenberg, F. (1995). Global self-esteem and specific self-esteem. Different concepts, different outcomes. ***American Socio Rev***, 60 (1), 141-156. Recuperado de: [https://www.jstor.org/stable/2096350?seq=1#page\\_scan\\_tab\\_contents](https://www.jstor.org/stable/2096350?seq=1#page_scan_tab_contents)
- Saldaña, C., Carrión, M. A., Gutiérrez, A. M., Echerri, D. y Hernández, M. (2019). Desgaste psíquico y autoestima de mujeres en condición de vulnerabilidad social en ciudad Guzmán, Jalisco. ***Duazary***, 16 (1), 39-52. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.21676/2389783X.2529>
- Sánchez, S., Sánchez, M. P. y Aparicio, M. (2011). Salud, ansiedad y autoestima en mujeres de mediana edad cuidadoras y no cuidadoras. ***Ansiedad y Estrés***, 17 (1), 27-37. Recuperado de: [https://www.researchgate.net/publication/235430002\\_Salud\\_Ansiedad\\_y\\_Autoestima\\_en\\_mujeres\\_de\\_mediana\\_edad\\_cuidadoras\\_y\\_no\\_cuidadoras](https://www.researchgate.net/publication/235430002_Salud_Ansiedad_y_Autoestima_en_mujeres_de_mediana_edad_cuidadoras_y_no_cuidadoras)
- Sánchez, S., Sánchez, M. P. y Dresch, V. (2009). Hombres y trabajo doméstico: variables demográficas, salud y satisfacción. ***Anales de Psicología***, 25 (2), 299-307. Recuperado de: [http://www.um.es/analesps/v25/v25\\_2/12-25\\_2.pdf](http://www.um.es/analesps/v25/v25_2/12-25_2.pdf)
- Trzesniewski, K., Donnellan, B. y Robins, R. (2003). Stability of self-esteem across the life-span. ***Journal of Personality and Social Psychology***, 84 (1), 205-220. Recuperado de: doi:10.1037/0022-3514.84.1.205
- Valsamma, P. (2006). ***Análisis cualitativo de la autoestima de mujeres casadas, separadas y madres solteras en la ciudad de Oaxaca***. Tesis de Maestría en Desarrollo Humano. Universidad Iberoamericana, México. Recuperado de: [www.bib.uia.mx/tesis/pdf/014700/014700S.pdf](http://www.bib.uia.mx/tesis/pdf/014700/014700S.pdf)
- Villavicencio, I. y Rivero, R. (2014). Nivel de autoestima de las personas adultas mayores que acuden a los comedores de la Sociedad Pública de Beneficencia de Lima Metropolitana 2011. ***Revista Científica Alas Peruanas***, 1 (1), 1-12. Recuperado de: [revistas.uap.edu.pe/ojs/index.php/SD/article/view/422/326](http://revistas.uap.edu.pe/ojs/index.php/SD/article/view/422/326)
- Zenteno, M. E. (2017). La autoestima y cómo mejorarla. ***Ventana Científica***, 18 (3), 29-42. Recuperado de: [www.uajms.edu.bo/revistas/wp-content/uploads/2017/09/ventana-cientifica-vol18-espacio-digital2.pdf#page=49](http://www.uajms.edu.bo/revistas/wp-content/uploads/2017/09/ventana-cientifica-vol18-espacio-digital2.pdf#page=49)